الموسوعة الصغيرة

٢٦٥

طبيعة النوم والاحلام في ضوء علوم الدماغ

الدكتور نوري جعفر

الموسوعة الصغيرة

سلسلة ثقافية تتناول مختلف العلوم والفنون والاداب

تصدرها دار الشؤون الثقافية العامة

رئيس التحرير: موسى كريدي سكرتير التحرير: ماجد اسد

١٩٨٦

دار الشؤون الثقافية العامة

وزارة الثقافة والإعلام

العراق ـ بغداد ـ اعظمية ص.ب ٤٠٣٢ ـ تلكس ٢١٤١٣ ـ هـ ـ ٤٤٣٦٠٤٤

طبيعة النوم والاحلام
في ضوء علوم الدماغ

الدكتور نوري جعفر

كلمـة تمهيديـة

استرعت ظاهرة الاحـلام ـ المثيرة والطريفـة الغامضة ـ اهتمامي منذ عـام ١٩٦٨ أثناء بحثي في تفسير طبيعة الانسان عندما كنت رئيساً لقسـم علم النفس واستاذا في كلية الآداب بالجامعة الليبيـة في مدينة بنغازي • وطفقت أبحث عن أسسها الفسلجية ـ الدماغية ـ وعن مقدماتها الاجتماعية والسايكولوجية التي تمدها بمحتواها أو مضمونها • وانهمكت بقراءة أمهات كتب علم النفس وعلوم الدماغ المتوافرة باللغة الانكليزيـة ـ وهي كثيرة ـ ومتباينـة في مواقف مؤلفيها عند تعرضهم للحـديث عن طبيعة الاحـلام وكيفية حدوثها •

وبما ان الاحلام لا تحدث إلاّ أثناء النـــوم فقد آثرت أن أقرأ عن طبيعة النوم من الناحية الفسلجية وعن دور الدماغ في حدوثه وعن خصائص الدمــاغ نفســه أثناء اليقظة والنـــوم • وقد دفعني ذلك الى استشارة أحدث الكتب المنشورة ــ باللغة الانكليزية بالطبع ــ التي تبحث في علوم الاعصاب

Neurosciences الموجودة في مكتبة المتحف البريطاني وفي كلية الطب التابعة لجامعة لندن وجامعة شفلد • ولاحظت أيضاً اختلافا ملحــوظا ــ بلغ الى درجــة التباين في بعض الحــالات ــ بين مواقف مؤلفيها في تفسير طبيعة النوم وأنماطه المتعددة بصورة خاصــة وعلاقته بالاحلام بصورة أخص •

وقد ارتأيت أيضا ــ استكمالا للبحث في هــذا الموضوع الممتع القديم الجديد ــ أن أعود الى الوراء ــ من الناحية التاريخية ــ لاطلع على رأي المفكرين

القدامى ــ وفي طليعتهم الفقيه والمحدث الجليل الشيخ محمد بن سيرين ــ في تفسير طبيعة الاحلام •

وعندما نضج الموضوع في ذهني وتبلورت ملامحه العامة عام ١٩٧٨ تحدثت عنه بايجاز في برنامج الاستاذ كامل الدباغ « العلم للجميع » ، ثم أتيحت لي فرصة أخرى للتحدث في الموضوع ذاته في البرنامج نفسه قبل زهاء ثلاثة أعوام • وقد ارتأيت الآن أنْ أثبته في كتاب تتيسر مراجعته • وربما عدت الى تحريره واستصلاحه مرة أخرى حين يقتضي البحث ذلك • ولهذا فأني لا أعده إلاّ محاولة أولى تمهد الى محاولات أرجو أن تكون أعمق وأوفى •

وبالنظر لتعدد الآراء ــ القديمة والحديثة ــ في تفسير طبيعة الاحلام ولكونها ــ في الاعم الاغلب ــ سطحية متهافتة فقد أغفلتها واقتصرت على شرح النظريتين الاكثر تبلورا وشيوعا في العالم الحديث وهما نظرية فرويد المنتشرة في الغرب وفي الدول النامية

بحكم ارتباطاتها الثقافية بالغرب لعوامل تأريخية معروفة • ونظرية بافلوف المنشرة في الاتحاد السوفيتي بالذات وفي الدول الاشتراكية ولدى الاوساط المثقفة في الغرب والدول النامية التي تأخذ منطلقها النظري من الدماغ باعتباره الاساس الجسمي للعمليات العقلية أثناء اليقظة والنوم •

ولا بد من التنبيه ـ في هذه المناسبة ـ الى انني أتحدث في كتابي هذا عن الاحلام فقط (بما فيها «أضغاث الاحلام») من وجهة نظر علوم الاعصاب المعاصرة فأن موضوع « الرؤيا » أو « الرؤيا الصادقة » التي ورد ذكرها في القرآن الكريم وفي الكتب المقدسة السماوية الأخر يقع خارج نطاق كتابي هذا لكونه يحصل للأنبياء من باب المعجزات •

بغداد في ٢١-٦-١٩٨٦ نوري جعفر

الفصل الاول : النوم

طبيعتـه وعوامـل حـدوثه

- ١ -

شاهد الانسان حالة النوم ـ عند غيره من الناس ولدى الحيوانات الراقية أيضا ـ ومارسها منذ وجوده على سطح الارض • وما زال يفعل ذلك بصورة عديمة الانقطاع • وسيبقى كذلك ما بقي في الوجود• فالانسان كان وما زال وسيبقى يأوي الى الفراش للتمتع بقسط وافر من النوم الهادىء العميق في أعقاب عمل عضلي وعقلي شاق يمارسه أثناء اليقظة وذلك لازالة التعب الناجم عن ذلك العمل ولتجديد نشاطه الجسمي والعقلي لاستئناف العمل عند اليقظة •

يستغرق النوم زهاء ثلث حياة الفرد • وقد دلّت خبرة الاطباء ـ في الوقت الحاضر بصورة خاصة ـ على أن من علامات تحسن صحة المريض وتماثله

للشفاء أن ينعم بنوم هادىء عميق بعد فترة طويلة من السهر المصحوب بالقلق والالم • كما ان الاطباء المعاصرين يستخدمون النوم ذاته لتحقيق أغراض علاجية : theraputic أثناء مكافحتهم كثيرا من الامراض وبخاصة الامراض العصبية والاضطرابات العقلية • وأهمية النوم ـ الطبيعي المعتاد الذي هو محور بحثنا هذا ـ تتجلى بأوضح صورها اذا تذكرنا تعذّر احتمال السهر لفترة طويلة من الزمن واستحالة تحمله اذا بلغ الحرمان من النوم حداً تنوء بتحمله طاقة الجسم الفسلجية الامر الذي يؤدي في نهاية المطاف ، الى تعطيل وظائف الجسم الحيوية والى الموت المحتم بعد ذلك وعلى أساسه وهذا يحدث للانسان وللحيوانات الراقية الأخر ـ ذات الاجهزة العصبية المركزية العالية التطور ـ على حد سواء • واذا كان بمقدور جسم الانسان (والحيوانات الراقية الأخر) أن يتحمل الجوع أو العطش لفترة زمنية

طويلة نسبياً ــ لعوامل فسلجية معروفة ــ فإن الحرماذ من النوم يستحيل تحمله لفترة زمنية مماثلــة لعوامل فسلجية معروفة أيضاً • ومن الطريف أن نشير هنا از التجارب المختبرية التي جرت على كثير من الحيوانات الراقية (الكلاب : القطط : الفئران) في مختبــرات النوم والاحــلام المنتشرة في الدول المتقدمــة أثبتت بشكل قاطع أن تلك الحيوانات تتعرض للاعيــاء بعد فترة من السهر المتواصل وان أجسامها يعتريها الهزال والتثاقل وأورام في الجلد مصحوبة بهبوط عــام في النشاط الكهربائي للدماغ فتستسلم للموت المحتــم بعد فترة لا تتجاوز الخمسة عشر يوماً في الاعم الاغلب •

— ٢ —

يعزى تبادل حالتي اليقظة والنوم [بشكل متبلور ملحوظ لدى الانســان والحيوانات الراقية الأخــر القريبة منه في سلم التطور البايولوجي في ضوء عملية

النشوء والارتقاء] لوجود اجهزتها العصبية المركزية العالية التطور لا سيما نصفا الكرة المخيان وبخاصة قشرتهما المخية Cerebral Cortex

وهذا واضح في الحيوانات اللبونة بصورة خاصة وفي الطيور مع انتفاء وجوده في الحيوانات الادنى [الزحافات والحيوانات البرمائية والاسماك] لانتفاء وجود القشرة المخية في أدمغتها • وهذا يعني ـ بعبارة أخرى ـ ان تنظيم انقسام نشاط الانسان بالذات في مجرى حياته اليومية المعتادة أثناء اليقظة والنوم يخضع ـ من الناحية الفسلجية ـ الى نشاط القشرة المخية المتمثل في ظاهرة الاثارة : النشاط : الانتباه : excitation وفي ظاهرة الكف : التوقف مؤقتا عن مواصلة النشاط : inhibition

ازاء المنبهات الهائلة الكمية والتنوع الآتية من البيئة المحيطة ومن داخل الجسم على حد سواء • والنوم الطبيعي المعتاد لا يخرج ـ في جوهره ـ عن أن يكون

عملية كف فسلجي تعتري القشـرة المخية في بادىء الامر ثم تنتقل الى أجزاء الدماغ الأخر فجميع أرجاء الجسم بعد ذلك وعلى أساسه ، مع بعض الاستثناءات التي تستلزمها حالات فسلجية معينة سيأتي ذكرها بعد قليل •

يأخذ النوم الطبيعي المعتـاد ــ عند الانسـان والحيوانات الراقية الأخر أشكالا متعددة لعوامل تعود في الاصل النشوئي الى اختلاف ظروفها البيئية المعاشية في مجرى عملية التكيف والصراع من أجل البقاء • فهناك النوم الكلي التـام ــ الذي يمر هو نفسه بمراحل متعاقبة كما سنرى بعد قليل ــ وهناك أيضا النوم الجزئي المتقطع ، وهذا كله يحصـل أثناء الليل ، ولكل عوامله الفسجلية الخاصة • ومع ذلك فليس هناك عوامل فسجلية تحول دون حدوث النوم في النهار واليقظة في الليل اذا استلزمت ذلك ظروف بيئية خاصة مؤقتة أو دائمة : فالذئاب مثلا تنـام في

النهار وتسعى في الليـــل • ونومها في النهار ــ مــع ذلك ــ يكون مصحوبا في العادة باليقظة [لعوامــل أمنية بالتعبير الشائع] • وقديما قيل في وصف نوم الذئب :

ينـــام باحدى مقلتيـــه ويتقي
بأخرى المنـــايا فهو يقظان نائم

وبعض الطيور الجوارح ينشط أثناء الليل وينام في النهـــار •

وهناك أيضا النــوم الموســمي (الســبات) : hibernation الذي يستمر طوال الشتاء مثلا لدى الحيوانات القطبية بصورة خاصة لاتقـــاء البرد القـــارص وللحيلولـــة دون استنزاف طاقتهـــا الحيوية المخزونة في حركةعابثة من الناحية البايولوجية لانتفاء وجود الغـــذاء آنذاك • كما ان هناك النوم الطبيعي المعتاد والنـــوم الباثولوجي المنحرف الذي يحصل مثلا في حـــالات الاغماء (Syncope)

وفي حالات « الموت السريري » : clinical death بفعل انقطاع وصول الدم مؤقتا الى الدماغ • يضاف الى ذلك أن النوم الطبيعــي (الذي يسميه علمــاء الفسلجة : النوم النشط active) الذي يحصل لسد حاجة بايولوجية أساسية من حاجات الجســم الحي الذي يختلف في جوهره عما يسمونه « النــوم الاستسلامي : المنفعل : passive » الذي بفعل عوامل غير فسلجية لتحقيق أغراض علاجية أو بفعل الاصابة بأمراض عصبية مزمنة (الشيزوفرينا) •

يتضح اذن ان النوم الطبيعي المعتاد هو حالــة فسلجية خاصة سليمة يمر بها الجسم في حالات معينة ثم يعود بعــدها بشكل طبيعي تلقــائي الى اليقظــة (الطبيعية) • كما ان صلة الجسم بالبيئة المحيطة لا تنقطع أثناء النومانقطاعا تاما ومطلقا ما دام على قيــد الحيــاة وان اجهــزته لا تتوقف أيضا عن ممارســة وظائفها أثناء النوم بل تتغير أنماط تعبيراتها : فنبضات

القلب تصبح أضعف وأبطأ ويزداد طول الوقفات التي تفصل بينها ، وضغط الدم يهبط كثيرا ويتناقص افراز الكليتين كما تتاقص أيضا سرعة مجرى الدم وبخاصة في الاعضـــاء المهمة وفي مقدمتها الدمـــاغ والكبـــد والرئتين ، ويصبح التنفس أعمق وأبطأ وأكثر تعادلا أو توازنا بين عمليتي الشـــهيق والزفير • وتتناقص كفاءة العمليات الحيوية (الأيض : metabolism والتأكسد وتتمدد أوعية الجلد الدموية وتزداد فيهـــا كمية الدم ويشعر الجلد بالدفء (مع ان درجة حرارة الجسم تنخفض على وجه العموم) ، وتنشط غـــدد التعـــرق وتحصل أيضا تغـــيرات بايوكيماوية أخرى سنشير اليها بعد قليـــل • كما تتغير أمواج الدماغ الكهربائية •

وبالنظر لاهمية الدماغ في إحداث النوم فلا بد من التحدث ــ بشيء من التفصيل ــ عن فسلجته أثناء عملية النوم ذاتها : يستبقي الدماغ أثناء النوم صلة

(ضعيفة وممسوخة أحيانا كما سنرى عند التحدث عن الاحلام) بينه وبين البيئة المحيطة من جهة وبينه وبين الانطباعات والذكريات المخزونة فيه منذ الطفولة الاولى ، عن طريق خلايا عصبية تبقى في حالة يقظة أثناء النوم أطلق عليها بافلوف اسم « نقاط الحراسة » sentury or guirding posts تؤدي بدورها ـ عند الضرورة ـ الى حدوث اليقظة التامة ، كما تؤدي أيضا الى حدوث نمط معين من الاحلام سنذكره في الفصل القادم . ونقاط الحراسة المشار اليها هي التي توقظ الأم الراقدة الى جانب طفلها لادنى حركاته . وهي التي توقظ النائم الذي قرر قبل المنام أن يستفيق في ساعة معينة (قبل أن يوقظه صوت ساعة التنبيه في بعض الاحيان) . كل ذلك يحصل ـ من الناحية الفسلجية ـ بفعل انتشار عملية الاثارة من « نقاط الحراسة » الى أرجاء المخ المجاورة ثم الى سائر أرجاء المخ فالجسم بعد ذلك وعلى أساسه .

كل ذلك يجعل ممكنا أن يتم الاتصال بين النائم وبين العالم الخارجي المحيط به ويثير أيضا انطباعاته المخية القديمة والحديثة • ومن هذه الزاوية تتضح العلاقة الديالكتيكية الموجودة بالفعل بين اليقظة والنوم : أي أن النوم ـ في هذه الحالة ـ ظاهرة فسلجية لا تناقض النوم تناقضا تاما ومطلقا ولا هي منفصلة عنه انفصالا تاما ومطلقا • فالنوم واليقظة اذن عمليتان فسلجيتان متلاحمتان متكاملتان ومتبادلتا الاثر والمواقع الدماغية بصورة عديمة الانقطاع وانهما موجودتان في جميع الخلايا المخية بنسب متفاوتة : فالنوم مشوب باليقظة دائما وأبدا وان الانسان « يقظان نائم » في الليل والنهار من الناحية الفسلجية في كل لحظة من لحظات الحياة : وذلك لوجود خلايا مخية « نائمة » [بمعنى انها في حالة كف] وخلايا مخية يقظة (في حالة اثارة) مع تغلب ملحوظ للخلايا

المخية المثارة في حالـة اليقظة ، وبالعكس في حالـة النـوم ٠

— ٣ —

تسـبق النـوم وتمهّد له فترة النعـاس : drowsiness الذي يعبّر عن نفسه بالتثاؤب: yowning ٠ والنعاس يكون مصحوبا ــ في العادة ــ بعلامات فسلجية ملحوظة متميزة ، أبرزها: حصول استرخاء عـام في العضلات (وفي الجهـاز الحركي عموما) يبـدأ بعضلات الرقبـة التي تبدأ بالانحناء والتمايل نحو الامام أو الخلف وذات اليمين أو الشمال ٠ والنعاس ــ في جوهره الفسـلجي ــ تناقص في النشاط الايجابي الذي تمارسـه القشـرة المخية أثناء اليقظة التامة وذلك بفعل نشوء عملية كف مخي ضعيفة في الخلايا العصبية الامر الذي يجعـل الشخص ــ في هذه الحـالة ــ عاجزا عـن تركيـز

انتباهه في شيء معين بالذات كما يجعله غير قادر على مواصلة العمل الذي بين يديه ، وتنشأ في الجسم ، أثناء ذلك ، مواد بايوكيمياوية خاصة تساعد على الانتقال التدريجي الى حالة النوم وتحجب آثار المنبهات البيئية الخارجية عن الوصول الى المخ ، وتكثر في الدم ـ أثناء ذلك ـ أملاح المغنيسيوم وأملاح البوتاسيوم (في السائل المخي النخاعي بصورة خاصة) : cerebral-spinal fluid

وتتناقص كمية الهورمونات في الدم (باستثناء الانسولين الذي تزداد كميته) ، وتضعف القدرة على تكوين الادرار وازالته وعلى تكوين العصارات المعوية ، وتتضاءل الحركة الدودية للامعاء ، وتختفي كمية الكلوكوز في الدم .

كل ذلك يهيىء الجسم ـ بايوكيمياويا ـ للنوم . وهذا يعني ـ بعبارة أخرى ـ ان التغلب يكون ـ في حالة النوم ـ بجانب العمليات البايوكيمياوية التي

من شأنها العمل على تهدئة الجسم وضمان راحته : بعكس ما يحصل في حالة اليقظة • والتناقض المشار اليه حصل على ما يبدو في مجرى عملية النشوء والارتقاء بفعل مبدأ الانتخاب الطبيعي الذي هو أحد تعبيرات تماسك جسم الانسان •

يتضح اذن ان هناك علامات فسلجية ملحوظة تشير الى اقتراب حدوث النوم وتدل على حاجة الجسم الى الخلود الى الراحة : وفي مقدمتها ــ كما ذكرنا ــ النعاس الذي هو من حيث جوهره البايولوجي مثل الجوع الذي هو تعبير عن الحاجة الى الطعام ومثل العطش الذي يشير الى حاجة الجسم الى الماء • وهذا يعني أن النعاس هو غير النوم بل تعبير عن الحاجة اليه وقرب حدوثه • وهو أيضا غير التثاؤب الذي هو تعبير عن النعاس • أي أن النعاس هو أحد مقدمات النوم تماما كالتثاؤب واسترخاء العضلات وتشتت الانتباه وتعذر مواصلة العمل •

والنعاس ظاهرة فسلجية طبيعية (مثل الجوع والعطش) يعبّر فيها الجسم عن احدى حاجاته الحيوية الاساسية. ولا بد — في هذه الحـــالة — من أن ينام الشـــخص ليشبع تلك الحاجة (البايولوجية : الاساسية) تماما كما يفعل في حالة الجوع والعطش . فكما انه لا توجد وسيلة طبيعية أخرى للتغلب على الجــوع غير تناول الطعام وللتغلب على العطش غير تناول المـــاء القراح فكذلك لا يمكن استبعاد النعاس — بصورة طبيعية — إلاّ بالنوم الذي يزيل الارهاق الذي أدى الى حصول النعاس . وهذا يعني — بعبارة أشمل — ان النعاس عملية فسلجية ذات طبيعة وقائية تحول دون استنزاف طاقة الجسم الحيوية وبخاصة نشاط الجهـــاز العصبي المركزي .

ولا بد من التنبيه هنا ان لحالة النعاس تعبيرات أخرى كثيرة تستلزم معالجة كل منها اتخاذ اجراءات ايجابية متعددة للحيلولة دون انتقالها الى حالة نوم في

حالات تستلزم الحيلولة دون حدوثه • والنعاس المشار اليه يعبّر عن نفسه بالتثاؤب كما بينا • من ذلك مثلا: ان بعض الناس يتثاءب منذ الصباح المبكر وفور استفاقته من النوم • وتلك حالات مألوفة يشاهدها المعلمون مثلا لدى بعض التلاميذ في مختلف مراحل الدراسة وفي مختلف المواسم • فاذا كانت تلك الحالات ناجمة في الاصل الفسلجي عن عدم التمتع بالقسط المطلوب من النوم فان زوالها ـ في هذه الحالة ـ يستلزم اللجوء الى النوم أو الراحة للتخلص من الاعياء الذي أدى الى النعاس • كما تستلزم أيضا ـ لتلافي حدوثها في المستقبل ـ توجيه أنظار التلاميذ الى الابتعاد عن السهر والتعود على النوم المبكر • أما اذا لم يكن الامر كذلك فان العامل الفسلجي يكمن في كون بعض الناس بحكم نمط جهازه العصبي المركزي يحصل الانتقال عندهم من النوم الى اليقظة (وبالعكس) ببطء وصعوبة الامر الذي يجعلهم بحاجة

الى مزيد من الوقت ليتكيفوا فسلجيا لحالة الاستيقاظ وممارسة العمل الذهني على أفضل وجه • فلا بد ــ في مثل هذه الحالة ــ ان يعتاد هؤلاء على القيام ببعض التمارين الجسدية الرياضية فور الاستيقاظ من النوم لازالة بقايا النوم وذلك بتنشيط الجهاز العصبي المركزي وتقوية عملية الاثارة المخية •

وفي ضوء ما ذكرنا نستطيع أن نقول أن النوم عملية فسلجية ضرورية للجسم ، وانها تحصل ليلا في العادة لدى الانسان وأغلبية الحيوانات • وانها نشأت في مجرى عملية النشوء والارتقاء ، وانها حصلت ليلا بصورة خاصة لتجنب الحيوان خطر الوقوع فريسة لغيره عندما ينزوي في مكان أمين ، كما انها أيضا تجنبه خطر الضياع أثناء الظلام في الغابات والقفار ، وهذا أيضا ينطبق على الانسان البدائي الذي عاش في الماضي السحيق •

ومع ان النوم الهادىء العميق يستلزم ــ في حالة الانسان بصورة خاصة ــ توافر شروط بيئية معينة ومعروفة (انتفاء الضجيج : انطفاء الانوار : الفراش المريح ، وما يجري هذا المجرى وهو كثير) إلاّ أن المرء كثيرا ما ينام مضطرا حتى في محطات القطار وفي المطارات التي تعج بالضجيج والانوار الساطعة والناس ، وفقدان الفراش المريح • كما ان بعض الناس ينامون ــ عند الحاجة ــ وهم وقوف أو أثناء المشي : وهذا يحصل عند الجنود أثناء الحرب وفي حالات القصف وعند المسيرات الطويلة أيضا ، كما أن الفرسان قد ينامون على صهوات الخيل • ومن الامور المألوفة أن سكان المدن (الصناعية الكبرى) يعتادون ــ وفق مبدأ التكيف السلبي ــ أن يناموا بهدوء أثناء ضجيج المعامل ووسائط النقل الثقيلة والكثيرة • ومع ذلك فان حالة الهدوء والظروف المحيطة المريحة والفراش الوثير تبقى العامل البيئي الافضل لحدوث النوم •

ذكرنا ان الدماغ تعتريه ـ أثناء النوم ـ تبدلات كبيرة وكثيرة • ونود الآن أن نتحدث عن أبرزها على أن نعود الى الحديث عن خصائص الدماغ الفسلجية أثناء النوم عند الحديث في الفصل الثاني عن الاحلام • وقبل أن نفعل ذلك نود أن نشير الى أن نشاط الجسم ذاته يختلف هو نفسه أثناء اليقظة باختلاف ساعات النهار ذاته وذلك بفعل اختلاف نشاط الدماغ نفسه • فقد دلت الدراسات الفسلجيةالمعاصرة على أن نشاط الجسم يصل ـ أثناء اليقظة ـ الىأدنى مستوياته في النهار في الفترة الواقعة ما بين الساعة الثانية عشرة ظهرا والساعة الثانية بعد الظهر (في الاقاليم الحارة وفي موسم الصيف بالذات) وما بين الساعة الثانية بعد منتصف الليل والساعة الخامسة بعد منتصف الليل أيضا • كما أثبتت تلك الدراسات من الجهة الثانية أن ذلك النشاط يبلغ الى أوج ارتفاعه صباحا ما بين الساعة الثامنة والساعة الثانية عشرة في

جسيم الاقاليم وأثناء فصـول السنة كلها . وما بين الساعة الثانية بعد الظهر والساعة الخامسة عصرا في المناطق الجغرافية الباردة في موسم الربيع والصيف بصورة خاصة ، وان الجسم ــ أثناء الشطر الاول من النهار ــ أكثر استعدادا لقبول المواد الغذائية البروتينية (الزلالية) في الاقاليم الحارة أثناء فصل الشتاء وقبول المواد الغذائية الدسمة وهضمها بسهولة ، وانه أكثر استعدادا لتناول الكاربوهدرات في النصف الثاني من النهار في المناطق الحارة وفي موسم الشتاء بالذات ، وانه أكثر استعدادا لممارسة نشاطه العضلي والعقلي أثناء النصف الاول من النهار في الاقاليم الحارة والمعتدلة أثناء فصل الصيف (في حالة وجود الحد الاقصى من السكر في الدم) ، وبالعكس .

وثبت أيضا أن مقدار الادرنالين في الدم يبلغ الى أعلى مستوياته صباحا وينخفض في المساء ، وان

تعرض الشخص لحالات انفعالية حادة ــ كالذعر أو الهلع والغضب ــ يؤدي في العادة الى تقلص عضلات المعدة والامعاء والى تناقص الافرازات الهضمية والى زيادة سرعة نبضات القلب والى ارتفاع ضغط الدم وتزايد سرعة وعمق عملية التنفس وتمدد حدقة العين وزيادة مقدار السكر في الدم (بفضل زيادة كمية الادرنالين ونشاط الجهاز العصبي السمباثي) • كل ذلك يؤدي بدوره الى تنشيط خلايا الدماغ العصبية ــ وبخاصة أثناء النصف الاول من النهار ــ لان هورمون الغدد الصم التي ترتبط أوثق الارتباط بعملية الاثارة المخية تصبح بكميات هائلة في مجرى الدم فينشط السكر الموجود فيه ويزيد أيضا بدوره في استثارة الدماغ لا سيما المخ • يضاف الى ذلك أن الدم يتعرض ــ أثناء النهار ــ لتقلبات كثيرة فيما يتصل بمجموع خلاياه (كرياته البيض والحمر) وذلك بفعل اختلاف وظيفة الاعضاء المسؤولة عن تكون تلك

الخلايا (وبخاصة مخ العظام) فتنشأ مقادير كبيرة منها أثناء النهار . ويبلغ ذلك الى حده الاقصى في الصباح الباكر . ومن الجهة الثانية فان أملاح المغنسيوم والسائل المخي النخاعي تزداد كميتهما أثناء النوم الامر الذي يؤدي الى كف النشاط العصبي والعضلي في الجسم فيتوقف هذا النشاط بصورة مؤقتة عن مواصلة العمل . ومما يساعد على ذلك تفكك مخزون الكبد من الكاربوهدرات أثناء النوم. وهذا بدوره يساعد أيضا على حدوث النوم ، بالاضافة الى العوامل الاخرى التي مرّ ذكرها .

— ٤ —

من الامور المألوفة ان جسم الانسان يتصف بالنشاط الداخلي (نشاط القلب : الرئتين : المعدة) وبالنشاط الخارجي (الجزئي أو الموضعي : حركة اليدين أو حركة العينين من جهة وبالنشاط العام :

انتقال الجسم بأسره من مكان الى مكان من جهة ثانية) . والاداة الفسلجية التي يتم عن طريقها ذلك النشاط (الداخلي والخارجي بجانبيه الموضعي والعام) هي الجهاز العصبي المركزي (جهاز الاستلام) والجهاز العضلي : جهاز التنفيذ . ومع ان هذه الظاهرة الفسلجية كانت معروفة منذ أمد بعيد غير أن كيفية الاتصال بين الجهازين ـ العصبي والعضلي ـ بقيت لغزاً محيراً ردحاً طويلا من الزمن الى أن استطاع علماء الفسلجة بمبادرة من كالفاني (١٨٣٩ــ١٩٤٥) العالم الايطالي أن يكشفوا عن جذورها الكهربائية الامر الذي أدى منذ أواسط هذا القرن الى أن يضع العلماء بمبادرة من عالم الامراض العقلية الالماني بيرجر مبادىء علم الفسلجة الكهربائية Electro physiology الذي يستند (من جهة) الى القوانين الفسلجية التي يدرسها علم الاحياء والى القوانين الكهربائية التي تدرسها الفيزياء من جهة أخرى ، وبالنظر للالتصاق

الوثيق بين هذين العلمين (المتباعدين في الاصل التاريخي) فقد نشأ علم جديد (أوسط) يجمع بينهما هو: علم الاحياء الفيزيائي : أو علم الفيزياء الحياتي: Bio physics الذي يدرس الظواهر الفيزيائية ـ البايولوجية : بمعنى دراسة الصوت مثلا أو الضوء عند حدوثه داخل جسم الانسان لكونه يعبر عن نفسه تعبيرا تختلف خواصه عن تعبيره عبر الماء والجامدة (الهواء : الماء) ويظهر على هيئة رسالة عصبية سمعية أو بصرية تماما كما هي في العمليات الكيماوية (اللا عضوية) التي تحدث داخل جسم الانسان وتعبر عن نفسها تعبيرا بايوكيمياويا يدرسه علم الكيمياء الحياتية Biochemistry

وكما هي الحال أيضا في الامواج الكهربائية التي تحدث داخل جسم الانسان وتأخذ طابعا بايولوجيا خاصا يختلف عن طابعها الفيزيائي المعهود وتقع في اطار « علم الكهرباء الحياتي » : Bioelectric

بفروعه المتعــددة : علــم فسلجة كهرباء الجســـم : Electro physiology وعلم تسجيل أمواج القلب الكهربائيه Electro encephalography وعلوم أخر مماثلة كثيرة •

لقد تقدمت هذه العلوم تقدما مذهلا في السنوات القليلة الماضية بفعل ابتكار الادوات التكنولوجيــة المتقدمة مثل المايكروسكوب الالكتروني الذي يكبّر حجم الشيء بأكثر من (٤٠٠،٠٠٠) مرة ، الامر الذي أدى ــ من بين أمور مثيرة كثيرة أخر ــ الى دراســة أمواج الدماغ الكهربائية في حالة اليقظة والنــوم وفي حالة الصحة والمرض وفي حالــة الاستراحة وتركيــز الانتباه وفي حدوث الاحلام • وقد ثبت في ضوء ذلك أن الخلايا الدماغية تنطلق منها أمواج كهربائية مختلفة الاطوال بصورة عديمة الانقطاع ما دام الدمــاغ على قيد الحياة أثناء اليقظــة والمنام وفي حالــة الصحــة والمرض ، وان الدماغ « يتكلم » بعدة « لغات » وذلك

لكون « التسجيل الكهربائي الدماغي »
Electro encephalogram

تختلف هيئته ومقدار تعرجاته والفجوات الموجودة بينها باختلاف الاشخاص (كاختلاف وجوههم أو بصمات أصابعهم) وان هذا «التسجيل» يتغير عند الفرد نفسه بتغير حالاته أثناء الصحة والمرض وفي اليقظة والمنام وعند الاستراحة وتركيز الانتباه وذلك بفعل تقلباته Fluctuations المتواصلة الناجمة عن طاقته الكهربائية Electric potential التي تحدث في أنسجته العصبية ، وان تلك الامواج الكهربائية متنوعة أبرز المكتشف منها لحد الآن :

أولا : أمواج الفا التي تتراوح أطوال سرعة ذبذباتها ما بين (٨) ذبذبات و(١٢) ذبذبة في الثانية. وهي تحدث لدى الشخص أثناء اليقظة في حالةجلوسه مستريحا وعيناه مغمضتان . ومستقر هذه الامواج الكهربائية القسم الخلفي الاعلى من المخ : الفصان

القذاليان Occipital Lobes والفصان الجداريان Parietal Lobes الواقعـان في القسم الاوسط الاعلى من المخ وعلى جانبيه الايمن والايسر.

ثانيا : أمواج بيتا التي تتجاوز سرعة ذبذباتها (١٣) ذبذبة في الثانية ، وهي تحصل أثناء اليقظة أيضا ولكن عند تركيز الانتبـاه في قضية معينـة بالذات تستلزم الحل ، ومستقرها في القسم الامامي الاعلى من المخ : الفصان الجبهيان . Frontal Lobes

وقد تنتشر تلك الامواج الى الفصين الجداريين أيضا عند تعرض الشخص ـ أثناء تركيز الانتبـاه في عمل ذهني معين ـ لتأثير منبهات جديدة أو مـروره بحالة انفعالية شديدة أو تحول انتباهه مؤقتا الى قضية أخرى : كما سنرى ذلك بعد قليل عند التحـدث عن حالة خاصة مرّ بها آينشتين . وقد ثبت ان سـرعة ذبذبات أمواج بيتا الكهـربائية تزداد ـ كمـا تزداد شدتها أيضا ـ كلما كان العمل الذهني شاقا بالنسبة

للشخص وكانت حالته الانفعالية (السلبية أوالايجابيه) أكثر عنفا وصرامة •

ثالثا : أمواج ثيتا : التي تقل سرعة ذبذباتها عن (٨) ذبذبات في الثانية ولا تنخفض عن (٤) ذبذبات في الثانية • وهي تحصل في أرجاء المخ الأخر أثناء النوم وفي حالة التعرض لاضطرابات عصبية •

رابعا : أمواج دلتا : وهي أبطأ سرعة من جميع أمواج الدماغ الكهربائية وتتراوح أطوال ذبذباتها ما بين ½ ذبذبة في الثانية و٣½ ذبذبات وهي تحصل في حالات التحذير •

ولقد رافقت دراسة أمواج الدماغ الكهربائية حوادث طريفة نذكر منها على سبيل التمثيل لا على سبيل الحصر : حادثة آينشتين (١٨٧٦ــ١٩٥٥) التي مفادها سماحه قبيل وفاته لاحد المختصين بدراسة أمواج الدماغ الكهربائية أن يضع على رأسه « شريط

تسجيل أمواج المخ الكهربائية »
Electro ence phalograph

أثناء انشغاله بحل مسألة عويصة في الرياضيات العالية. وقد لوحظ أن « شريط التسجيل المخي الكهربائي »
Electro ence phalogram

المتعرج كان مجراه متناسقا ويسير بصورة منتظمة تكاد ذبذباته أن تكون اوتوماتيكية . ولكن سرعان ما حصل تخلخل أو اضطراب مفاجيء في جريان الامواج الكهربائية استمر فترة وجيزة من الزمن ، ثم عاد الى وضعه المتناسق القديم . وعندما سئل آينشتين عمّا كان يجري في ذهنه أثناء انهماكه بحل المسألة الرياضية التي بين يديه أجاب : « كنت في البداية منغمراً في حل تلك المسألة غير أني ـ بعد بضع دقائق ـ تذكرت فجأة أغلاطا ارتكبتها قبل بضعة أيام أثناء حلي مسألة رياضية سابقة فانصرف ذهني مؤقتا الى تصحيحها ثم عاد الى وضعه السابق » .

وحادثة طريفة أخرى من هــذا القبيل أن طبيبــاً مختصاً بدراسة أمواج الدمــاغ الكهربائية في أحــد مستشفيات الامراض العقلية كان يشاهد أثناء الفحص مباراة بكرة القدم على شاشة التلفزيون ، وبعدالانتهاء من عملية الفحص لوحظ أن شريط تسجيل كهــرباء المخ سجل موجات دماغه الكهربائية بدلا من تسجيله موجات مخ المريض الكهربائية • ولوحظ أيضــا ان الامواج كانت أحيانا هادئة ومتناسقة وكان يعتريهــا التشويش والاضطراب أحيانا أخر • وعندما ســئل الطبيب ذكر انه كان يميل الى أحد الفريقين المتنافسين وانه يمتلىء فرحا عند مشاهدته اياه في وضع المنتصر ويعتريه الأسى في الحالة المضادة •

وفي تجربة مختبرية طريفــة وضع خمسون قطبا كهربائيا Electrodes في دماغ أحد الاشخاص فلوحظت خمسون بقعة اضاءة كهربائية ذات بريــق متناسق أثناء جلوس الشخص هادئا • كما لوحظ عند

انهماكه بحل مسألة في الرياضيات تغيّر كبير في حركة تلك الامواج الكهربائية وفي شدة لمعان كل منها •وفي تجربة أخرى : جرى تخدير مخ أحد الكلاب المختبرية وسجلت أمواجه الكهربائية على شـريط التسـجيل الكهربائي المخي الخاص ، ثم وضع هذا الشريط على مخ كلب مختبري مستيقظ فاستسلم هذا فورا للنوم (التخدير) • وعندما عكست التجربة حصل العكس أيضاً •

كل ذلك يذكرنا بما قاله بافلوف في احدى لمحاته العبقرية (عام ١٩٢٣ : قبل نشـوء علم الدماغ) : « لو أن عظام الجمجمة كانت شفافة ولو كان بمستطاعنا أن ننيرها بمصباح كهربائي من الداخل لوجـدنا بقعا كهربائية مضيئة في بعض أرجائها وأخر مظلمة أو باهتة النور أثناء انهماك الشخص بعمل ذهني • » وقـد تحقق ذلك ــ بعد وفاة بافلوف ــ في بداية الامـر عندما استطاع علماء فسلجة المخ اقتلاع جماجم بعض

الكلاب المختبرية واستبدالها بجماجم زجاجية شفافة :
plexiglasses ثم تحقق ذلك على نطاق واسع
بعد نشوء علم كهرباء الدماغ •

— ٥ —

أثبتت الدراسات الميدانية التي جرت في مختبرات النوم والاحلام المنتشرة في الاقطار المتقدمة كما ثبت أيضا في مجرى الحياة اليومية المعتادة ان الانتقال من حالة اليقظة التامة الى حالة النوم الكامل (أو بالعكس) لا يحصل دفعة واحدة وبشكل مفاجيء بل يمر بسلسلة متصلة الحلقات من المراحل التحولية المتعاقبة• كما أثبتت تلك الدراسات أن خصائص الدماغ الفسلجية تختلف بين مرحلة وأخرى من ناحية اثارة الانطباعات الذهنية والذكريات (القديمة والحديثة) المسجلة على صفحة الدماغ ومن ناحية طبيعة استجاباته للعوامل البيئية المحيطة • والمراحل المشار اليها يمكن

تلخيصها على النحو التالي في حالة الانتقال التدريجي من اليقظة التامة الى النوم الكامل (وينعكس تسلسلها بالطبع في الحالة المعاكســة : الانتقال من النوم التام الى اليقظة الكاملة) من حيث طبيعة استجابات الدماغ للمؤثرات :

أولا : مرحلة المساواة Equalizing phase

التي تحصل في بداية النوم عند الاستلقاء على الفراش: النوم الخفيف : ما بين اليقظة والنوم : الحالةالانتقالية الوسطى من حالة الاثارة المخيــة (اليقظة) الى حالــة الكف (النوم) • وفي هــذه الحالة يستجيب المــخ استجابات متساوية القوة أو الشدة لجميع المنبهــات المحيطية بصرف النظر عن اختلافها في القوة والضعف وبخاصة عند نهاية هذا الوجه من أوجه النــوم الذي يختلف طوله باختلاف الافراد وباختلاف حالات الفرد نفسه وباختلاف الظروف البيئية الآنية المحيطة •

ثانيا : مرحــلة (وجه) المفارقــة (التناقض) :

paradoxical phase حيث يشتد جانب الكف وتضعف حالة الاثارة ، دون أن تختفي أو تتلاشى • وفي هذه الحالة تكون استجابات المخ قوية ازاء المنبهات البيئية الضعيفة ، وبالعكس ، وفي هذه الحالة يحصل نمط معين من الاحلام سنتحدث عنه في الفصل القادم •

ثالثاً : مرحلة (وجه) التناقض الصارخ : المتطرف : Ultra paradoxical phase

حيث تستأثر باستبداد ملحوظ عملية الكف وتتراجع بانحسار عملية الاثارة ، دون أن تحجب حجبا تاما ومطلقا • وفي هذه الحالة يبدأ المسخ أو التشويه الذي تتصف به جميع استجابات المخ ازاء العوامل البيئية المحيطة على اختلافها ، كما أن المخ أيضا يخفق في أن يستجيب استجابة ايجابية ازاء المنبهات الايجابية التي يستثيرها • ويحصل العكس ازاء المنبهات السلبية

التي لا تستثير أثناء اليقظة إلا الانسحاب أو الاحجام أو عدم الاكتراث .

رابعا ــ وأخيراً ــ مرحلة (وجه الكف التام : النوم الكامل) : Comptete Inhibition

وهي حالة النوم الطبيعي المعتاد الذي تقطع فيه صلة الجسم بالعوامل البيئية المحيطــة انقطاعا تاما ومطلقا [باستثناء « مراكز الحراسة » : التي تحدثنا عنها] .

ــ ٦ ــ

جرت محاولات عــديدة لتفسير طبيعة النــوم وعوامل حــدوثه (بالاضافة الى نظــرية الكف التي تحدثنا عنها والمرتبطة باســم بافلوف الذي ســيأتي الحديث عن نظريته في تفسير طبيعة الاحلام) نكتفي بمجرد الاشارة اليها ، هذه المحاولات (أو النظريات) هي :

أولا : نظرية تناقص كمية الــدم في الدمــاغ :

Vascular theory التي تقترن باسم موسو عالم الفسلجة الايطالي •

ثانيا : النظرية الكيمياوية chemical theory التي تقترن باسم بيرون عالم الفسلجة الفرنسي •

ثالثا : النظريـة النسـلجية المحض التي تفترض وجود مركز دماغي (subcortical centre) مسؤول عن النوم • والنظرية هذه ترتبط باسم عـالم الفسلجة النساوي ايكونومو •

هذه النظريات يبحث كل منها بطريقته الخاصـة في العوامل التي تؤدي الى حدوث النوم دون التطرق الى طبيعة عملية النوم ذاتها •

هناك حالات خاصة من النوم المنحرف (غـير الطبيعي : الغريب عن المألوف) طريفة ومهمـة ونادرة آثرنا أن تتحدث عن ملامحها الكبرى بأقصى حد من الايجاز والتركيز قبل أن نختتم هذا الفصل من فصول الكتاب • هذه الحالات الغريبة هي :

أولا : الأرق : insomnia

هذه الظاهرة الفسلجية تعبّر عن نفسها بأشكال متعددة أبرزها : انحباس النوم لفترة طويلة نسبيا بعد الاستلقاء على السرير بالرغم من حاجة الجسم الى النوم • كما ان الارق يعبّر عن نفسه أحيانا في حالات النوم الخفيف المتقطع وفي حالات الاستيقاظ المبكر •

والارق يكون أحيانا حالة مرضية (شاذة : منحرفة) مزمنة : باثولوجية تستلزم مراجعة الطبيب المختص ، ومصدرها الفسلجي ــ في هذه الحالة ــ وجود « بؤرة » اثارة باثولوجية في المخ تبقى في حالة استيقاظ مستمر ليل نهار • وهذه البؤرة الباثولوجية المخية تعمل أثناء الليل على اثارة (ايقاظ) الخلايا المخية المجاورة الامر الذي يؤدي الى انتشار عملية الاثارة في جميع أرجاء المخ ومنها الى الجسم بأسره • ويكون الارق ــ في الاعم الاغلب ــ حالة عارضة طارئة سريعة الزوال بفعل عوامل سايكولوجية طارئة:

القلق الذهني الانفعالي : الترقب : الهلع أو الذعر : تناول المنبهات قبل النوم : الدخول في جدل حاد قبل وقت المنام : قراءة أو سـماع أو مشاهدة حـوادث مثيرة ، وما يجري هذا المجرى • وزوال الارق — في هذه الحالات — يحصل عند زوال العوامل التي أدت الى حدوثه •

يضاف الى ذلك — ولا يقل أثراً عنه — ان صاحب الارق يبالغ أحيانا في تخيل أضرار « وهمية » تنجـم عنه الامر الذي يعرّضه — بفعل تلك الاوهـام — الى مزيد من الارق • وتعقد الامر كثيرا المحاولات العابثة التي يجريها صاحب الارق « لتصيد » النـوم دون جدوى ، أي أن التفكير العميق بحالة الارق ذاتهـا يؤدي في كثير من الاحيان الى مزيد من الارق بفعل حدوث « بؤرة » اثارة في المخ متأصلة ومسـتفحلة تثير الارق بدلا من أن تقضي عليه •

ومن عوامل حدوث الارق انتفاء الشروط الملائمة للنوم : الملابس الضيقة أو غير النظيفة : الفراش الخشن أو الضيق ، المخدة الخشنة العالية : حالة الرأس غير المريحة : تناول وجبة طعام دسمة قبل المنام : تناول المنبهات : ممارسة تمارين جسدية عنيفة ليلا : ضآلة كمية الاوكسجين النقي في غرفة النوم ، وما يجري هذا المجرى ، وهو كثير • ولتقادم السن أثر كبير في حدوث الارق وبخاصة حالات النوم الخفيف المتقطع والاستيقاظ المبكر •

يلجأ كثير من الناس ــ دون وجه حق ــ الى استخدام الحبوب المهدئة ــ في حالة الارق ــ دون استشارة الطبيب ، ويترك بعضهم الفراش وينشغل في أمور كثيرة تحجب عنه امكانية حصول النوم بدلا من أن يستمر في الفراش ــ دون قلق ذهني ــ لان مجرد الاستلقاء على الفراش هو في حد ذاته راحة للجسم •

ثانيا : المشي أثناء النوم : Somnabulism

يحصل المشي أثناء النوم ــ في حالات نادرة لدى بعض الناس ــ على هيئة استيقاظ غير متوقــع وغير واع ليلا وترك الفراش والسير بخفة ورشاقة مسافة بعيدة أو قصيرة عنه والقيام بأعمال متعددة لمدة نصف ساعة أقل أو أكثر ثم العودة الى الفراش والاستغراق في النوم من جديد • وهذا ناجم عن وجود « بؤرة » اثارة مخية باثولوجية في المركز المخي الحركي لا تعتريها عملية الكف أثناء النوم : تعمل بدورها على ايقــاظ الجسم بأسره الذي ما زال في حالة بين اليقظة والمنام أثناء ترك الفراش والمشي بعيدا عنه وممارســة أعمال كثيرة وربما تسلق السلم أو الشجرة • وفي هذه الحالة لا بد من مراقبة المصاب بظاهرة المشي أثناء النــوم الحيلولة دون تعرضه للخطــر • وهذا يستلزم أيضا مراجعة الطبيب المختص •

ثالثا : الكلام أثناء النوم Somniloguism

وهو حالة طريفة غير مؤذية ، يتلخص جوهرها في أن صاحبها يتفوه ــ أثناء نومه ــ بكلمات قصيرة ومحدودة العدد وغير واضحة أحيانا لبضع ثوان . أما عاملها الفسلجي فهو أيضا وجود « بؤرة » اثارة باثولوجية في منطقة الكلام المخية لا تقتحمها عملية الكف أثناء النوم ، وكثيرا ما لا تؤدي الى اليقظة .

— ٧ —

أثبتت الدراسات النظرية والميدانية المستفيضة التي أجراها منذ خمسينيات هذا القرن فريق من أبرز علماء الاعصاب المعاصرين في مختبرات النوم والاحلام الواسعة الانتشار في الدول المتقدمة بالاستعانة بالاجهزة التكنولوجية التي تكشف عن موجات الدماغ الكهربائية أثناء النوم وعن حركات العينين أن عملية النوم الطبيعي المعتادة ليست عملية واسعة مستمرة

بل هي عملية دورية متقطعة تمر بثلاث مراحل متعاقبة ذات دورة ثلاثية تتكرر أربع أو خمس مـرات في الليلة الواحدة . وان الجسم بصورة عامـة والدماغ بصورة خاصة والعينين بصورة أخص تعتريها تبدلات فسلجية ملحوظة في كل مرحلة من تلك المراحل .

فالمرحلة الاولى هي مرحلة النوم الخفيف :وهي حالة انتقالية تفصل (أو تصل) بين اليقظـة التامـة والنوم (بمرحلتيه الاخريين اللتين سنذكرهما بعـد قليل) . وفي هـذه المرحلة يحتفظ الجسـم بصورة عامة والدماغ بصورة خاصة والعينان بصورة أخص بنشاطها المعتاد أثناء اليقظـة ولكن بدرجة أقل كفاءة ووضوحا . وان المستلقي على الفراش في هذه الحالة ما زال يحس ـ احساساً باهتاً ـ بما يجري حوله ، وما زال دماغه يحمل معه هموم النهار ومشاكله .وقد يهتدي الى حل مسائل مهنية أو عامة أعياه حلها أثناء النهار بفضل تركيز ذهنه عليها في لحظـات الهـدوء

التي يهيئها له الاستلقاء على الفراش وتلاشي المثيرات المادية التي واجهها أثناء النهار • وفي هذه المرحلة لا تحدث الاحلام •

أما المرحلة الثانية من مراحل النوم بنظر علماء الاعصاب المختصين بدراسة حركات العين وفسلجة الدماغ الكهربائية أثناء النوم فهي مرحلة نوم «حركة العين غير السريعة» Non-Rapid Eye Movement (N-REM)

[المقصود بالعين هنا العينين ، وصفة « غير السريعة » تعود الى الحركة لا الى العين بالطبع ، وحركة العين تعني «حركات»] • وهذا يحصل والعينان مغمضتان داخل الجفنين أو خارجها • وفي هذه المرحلة تنتاب الجسم تبدلات كثيرة في مقدمتها : تسترخي العضلات وتتضاءل حركات النبض وتتباطأ عملية التنفس وتنخفض درجة حرارة الجسم ، وتصبح حركات القلب أكثر عمقا وتناسقا ويبدأ تجمع الفضلات (البراز والادرار)

في أماكنهاه الخاصة تمهيدا لطرحها خارج الجسم عند الاستيقاظ ٠ ويبدأ اندمال الجراح وخروج القيح ، وتنتشر في الدماغ موجات كهربائية بطيئة الذبذبات: (أمواج ثيتا وأمواج دلتا) ولا تحصل الاحلام في هذه المرحلة إلاّ نادرا وفي ظروف معينة سنتحدث عنها في الفصل القادم ٠

وأمّا المرحلة الثالثة (والاخيرة) فهي مرحلة نوم « حركة العين السريعة Rapid Eye Movement (REM) وهي مرحلة الاحلام : وفيها تغور المقلتان بخفةورشاقة داخل الجفنين المغمضين وتبدأ حركات النبض بالاسراع وترتجف الاصابع ويتصف الدماغ بالتوثب والتطلع الى حلول كثير من القضايا التي استعصى حلها أثناء اليقظة كما سنرى ٠ ومن هذه الزاوية فان أمواج الدماغ الكهربائية تكون على نسق الامواج الكهربائية التي اتصف بها في لحظات اليقظة أثناء تركيز الانتباه ابان البحث عن ايجاد حلول للمشاكل التي تعترض

سبيله (أمواج بيتا التي مرّ بنا ذكرها) كما تنشط أيضا المراكز المخية الحسية لا سيما المركز المخي البصري (لدى الاشخاص غير فاقدي البصر بالطبع). فقد ثبت لدى علماء الاعصاب المعاصرين أن قوة احساس المركز المخي البصري (الذي يلعب الدور الاول والاهم في حدوث الاحلام كما سنرى في الفصل القادم) تفوق بكثير قوة احساس المراكز المخية الحسية الأخر (بما فيها مراكز الاحساس بالالم والحرارة والضغط) ، وشدة الاحساس البصري المشار اليها هي حصيلة عملية النشوء والارتقاء بالنظر لاهمية العين في المحافظة على البقاء وفي التعرف على البيئة المحيطة : فقد ثبت ان العين تنقل الى الذهن ما بين ٦٠ ــ ٨٠٪ من معرفته بالبيئة المحيطة .

ومعلوم ان المعلومات (الانطباعات) البيئية البصرية تتوقف عن الوصول الى الدماغ (الى المركز المخي البصري) أثناء عملية النوم (لانسداد العينين)،

في حين أن المراكز المخية الأخر (السمعية والشمية بصورة خاصة) تبقى مرهفة الحس أثناء النوم لبقاء الانف والاذنين على اتصال بالبيئة المحيطة ٠ ومع ذلك فان الانطباعات الحسية (السمعية والشمية) من الممكن أيضا أن تمتد ـ أثناء النوم ـ الى منطقة الابصار المخية (وتظهر في الاحلام كما سنرى)٠ وقد تظهر أحيانا ـ في الحلم ـ بشكل مألوف : فعندما يسمع النائم ـ بصورة باهتة بالطبع ـ صوت جرس الباب فأنه يخيل اليه كأنه « يرى » صوت جهاز التلفون الموجود بجانبه وانكان لا يقوى على تناول السماعة لتعذر تحريك ذراعه لوجود عملية الكف في المركز المخي الحركي ٠

الفصل الثاني : الاحلام

طبيعتها وعوامل حدوثها

اولا : ملاحظات تمهيدية عامة

— ١ —

شاهد الناس الاحلام أثناء النوم منذ أمد بعيد وسمعوا ما يرويه غيرهم عنها بعد الاستيقاظ • وما زالوا كذلك وستبقى الحال على هذا المنوال ما دام الناس على سطح الارض • وبين الناس اختلافات كبيرة وكثيرة في نمط الاحلام التي يرونها في المنام وفي مواقفها ازاءها أثناء اليقظة وفي درجة حفظهم محتوياتها : بعضهم يستطيع أن يروي — أثناء اليقظة — محتويات حلمه الزاهي بتفاصيلها التي كثيرا ما تصلح للعرض في الافلام • وبعض آخر يجنح نحو الجهة المعاكسة بحيث يخيل اليه انه لا يرى أية أحلام في منامه • ويقع بعض ثالث موقعاً متدرجاً بين هذين القطبين المتنافرين •

والاحلام ـ كما هو معروف ـ ظواهر سايكولوجية غريبة عن المألوف جلبت اهتمام الباحثين منذ أقدم العصور وذهبوا في تفسير طبيعتها مذاهب شتى بلغت الى درجة التباين في كثير من الاحيان . وسيبقى الامر كذلك ـ على ما نظن ـ الى أن يهتدي أرباب الاختصاص ـ في المستقبل البعيد ـ الى نظرية علمية متكاملة تفسرها تفسيراً دقيقاً وأميناً من حيث أساسها الجسمي ومن ناحية محتواها السايكولوجي (الاجتماعي الجذور) .

وقد لاحظنا أثناء دراستنا هذه الظاهرة السايكولوجية الممتعة (الغامضة : القديمة الجديدة) منذ عام ١٩٧٠ أن كثيرا من المفكرين القدامى والمحدثين حاولوا ـ ضمن اختصاص كل منهم وفي اطار المعرفة الشائعة في مجتمعه وعصره ـ أن يفسروا طبيعة الاحلام تفسيرا معقولا ومقبولا من وجهة نظر منهم وفي اطار فلسفته العامة ، فنشأت عبر التاريخ

آراء (افتراضات ونظريات) متعددة آثرنا أن نتحدث بأقصى حد من الايجاز والتركيز ـ عن أبرزها بنظرنا • فتحدثنا أولا عن تفسير الاحلام في التراث المتمثل بنظرية الشيخ محمد بن سيرين الذي عاش في البصرة في القرن الرابع الهجري ـ القرن العاشر الميلادي ـ والذي تنتشر نظريته في الوقت الحاضر في المجتمع العربي الاسلامي المعاصر • وتكلمنا ـ بعد ذلك ـ عن نظرية فرويد (١٨٥٦ـ١٩٣٩) عالم النفس النمساوي المعاصر الذي تنتشر آراؤه في العالم الغربي وفي الدول النامية بحكم روابطها الثقافية بالغرب لعوامل تاريخية معروفة • ثم انتقلنا الى الحديث عن نظرية بافلوف (١٨٤٩ـ١٩٣٦) عالم الفسلجةالسوفيتي المعاصر الذي تنتشر آراؤه في الاتحاد السوفييتي بالدرجة الاولى والاهم وفي الدول الاشتراكية ولدى بعض الفئات المثقفة في الدول النامية •

وقد آثرنا كلا منها عرضاً موجزاً بدقة وأمانة بالاستناد الى منابعه الاولى دون تعليق أو مناقشة إلا نادراً وفي الحالات التي يستلزمها البحث من وجهة نظر علوم الاعصاب المعاصرة التي ورد ذكرها في عنوان هذا الكتاب • وقد تحاشينا التعليق على نظرية ابن سيرين بالذات تفادياً للالتباس ولكون الرجل حاول محاولة أمينة وصادقة أن يفسر الاحلام في حدود معطياته النظرية وضمن اطار مستوى ثقافة مجتمعه وعصره قبل زهاء عشرة قرون •

— ٢ —

للحلم مزايا كثيرة ينفرد بها أبرزها بنظرنا : ان الافكار التي تنطوي عليها محتوياته تبدو كأنها صور حسية زاهية بصرية فضفاضة نابضة بالحياة • وهذا يعني ان المدركات العقلية المجردة التي تزخر بها الحياة اليومية المعتادة أثناء اليقظة (المعبّر عنها

بالكلمات المتحدث بها والمدونة) تأخذ شكلا حسياً مجسّدا في الحلم : فلو قيل مثلا على سبيل المجاز أن زيدا من الناس « معتم » بمعنى ثقيل الظل فان ذلك يعبّر عن نفسه في الحلم على هيئة شبح أسود اللون : زنجي أو مرتديا بدلة سوداء اللون • واذا قيل أن عمراً « ذو قبضة حديد » بمعنى انه « قوي الارادة » فانه يظهر في الحلم على شكل انسان يده مصنوعة من الحديد أو بيده سيف • وهكذا • وهذا ناجم وكما ذكرنا بفعل تغلب نصف الكرة المخية الايمن أثناء حدوث الاحلام •

ومن مزايا الحلم الأُخر فقدان الموقف النقدي (الفاحص : الممحص) الذي تقاس حسب مستلزماته محتويات الحلم في ضوء الواقع الملموس الفعلي ووفقاً للمنطق السليم • وذلك راجع من الناحية الفسلجية كما ذكرنا الى أن عملية الكف تنتاب أول ما تنتاب القسم الامامي الاعلى من الدماغ (المسؤول عن

التعامل مع المجردات وعن التفكير المجرد) • ومن هذه الزاوية فان الشخص يرى نفسه أثناء الحلم نشطاً متنقلا بين أمكنة وأزمنة متباعدة ومتباينة • كما انه يتصل أيضا بمختلف الاشخاص ـ الاحياء والموتى ـ وبهيئات وأشكال متعددة ومتنافرة • ويساهم مساهمة ايجابية فعّالة في حوادث متعددة ومتنافرة مع الآخرين من مختلف المشارب والاعمار •

فكل شيء جائز حدوثه في الحلم : الاتصال بالموتى والاحياء • الوجود في أماكن متعددة وأزمنة متباينة في وقت واحد • والعودة الى العيش في الماضي السحيق ، وما يجري هذا المجرى وهو كثير ، ومعروف • أي ان محتويات الحلم تتحدى الزمان والمكان ولا تعرف السدود أو القيود • وقد يظهر الصديق على هيئة عدو ، أو بالعكس ، ويبدو الطفل كأنه شيخ طاعن في السن ، أو بالعكس ، وتعبّر الذكريات والانطباعات الذهنية الباهتة القديمة ـ التي

طوتها يد النسيان ـ عن شخص اختطفه المنون منذ أمد بعيد على شكل انطباعات حية حديثة لانسان يتمتع بكامل قواه العقلية والجسمية أثناء حياته اليومية المعتادة •

وللحلم أيضا صفتان أخريان هما : صفة الاندماج أو الانصهار (الذوبان) merging الاستبدال (الابدال) : Substitution الاندماج بمعنى تداخل الصور الحسية البصرية الزاهية التي تتكون منها محتويات الحلم تداخلا غريبا وطريفا ببعضها (غير مألوف في مجرى الحياة اليومية المعتادة أثناء اليقظة) • أما الاستبدال فهو حلول بعض الانطباعات محل بعض آخر بشكل غريب جدا كما سنرى في الحلم التالي :

روى أحد أساتذة الجامعات انه دعي لالقاء سلسلة من المحاضرات في مدينة أخرى غير المدينة التي يسكن فيها ، فسافر بالقطار ونزل في أحد الفنادق ،

فرأى في المنام صديقا له (لم يره بالفعل منـــذ فترة طويلة من الزمن) على هيئة شرطي مرور وبيده قطعة لحم طويلة مجففة يستخدمها بدل العصا لتنظيم المرور. وقد حاول عبثاً في أول الامر تفسير طبيعة هذا الحلم. وعند مغادرته الفندق متوجها الى محطة القطار للعودة الى مدينته فطن الى قطعة من الخشب معلقة على باب شقة تحمل اسم طبيب يشبه اسم صديقه القديم : يبدو انه لاحظها عرضاً أثناء قدومه دون أن يكترث بها ، وشاهد أيضا شرطي المرور وبيده العصا المعهودة ينظم السير في تقاطع أحد الشـــوارع ، ولا بد أن يكون شاهد ذلك عرضاً عند قدومه واتجاهه الى الفنـــدق . ولكن كيف تحولت العصا الى قطعة لحم ؟ تذكر أن غرفته في الفندق تطل على مخزن لبيع اللحوم المجففـــة وانه شاهد المخزن عرضاً أيضاً أثناء وجوده في الغرفة، فاتضحت أمامه محتويات الحـــلم وظاهرة الاندمـــاج والاستبدال : الاستبدال « تحول العصا الى قطعـــة

لحم » والاندماج : انصهار اسم الطبيب باسم صديقه القديم • أما كيفية حصول ذلك فسوف نشير اليها بعد قليل •

وفي بعض الاحلام ـ كما سنرى أيضا ـ تبدو التنبيهات الضعيفة الآتية من البيئة الآنية المباشرة المحيطة بالنائم الحالم هائلة القوة : فصوت غليان الماء في إناء موجود في غرفة مجاورة مثلا يبدو في الحلم كأنه أزيز قذائف المدفع أثناء القصف الشديد في وقت الحرب ، والسيف الذي يبدو معلقاً على عنق النائم الحالم لا يعدو عن كونه ـ في الحقيقة ـ خيطاً واهياً سقط على العنق أو أثر رجل بعوضة وقفت على الرقبة كما سنرى بعد قليل •

وفي ضوء ما ذكرنا نستطيع تعريف الحلم : ترابط جديد غير مألوف بين انطباعات ذهنية قديمة أوجديدة مبعثر ومتباينة في الزمان والمكان صادرة في الاصل من البيئة المحيطة المباشرة أو غير المباشرة ، أو انه بعبارة

أخرى : اندماج بشكل متوقع بين انطباعات ذهنية مخزونة في الدماغ ناجمة من مصادر بيئية شتى في الزمان والمكان •

- ٣ -

يستمد الحلم محتواه في الاصل من البيئةالمحيطة: الاجتماعية والطبيعية (المباشرة الآنية وغير المباشرة البعيدة نسبياً عند النائم الحالم في الزمان والمكان) من جهة ومن مخزون الذكريات والانطباعات الذهنية القديمة والحديثة – (الآتية في الاساس أيضا من البيئة) • غير ان الحلم لا يستمد محتواه من منبع واحد من منابعه الهائلة التنوع والمقدار بل هو خليط أو مزيج غريب الشكل بين تنف مبعثرة آتية من مصادر متعددة ومتباينة ومتباعدة في الزمان والمكان: يأتي بعضها – بشكل غريب وطريف – مما يحيط بالنائم الحالم احاطة مباشرة وقريبة ومن أماكن أخر

متباعدة ومتباينة • ويأتي بعض آخر من داخل الجسم على هيئة ذكريات أو انطباعات بيئية قديمة أو حديثة• معنى هذا ان الاحلام هي ـ من حيث محتواها ـ ذات طبيعة معقدة غير مألوفة تأخذ منطلقها من مصادر شتى غير متجانسة خارجية وداخلية آنية مباشرة أو غير مباشرة • ومحتوى كل حلم مستمد في الاصل ـ بشكل غريب ـ من أجزاء متناثرة ومتنافرة ذات علاقة بشكل من الاشكال بالنائم الحالم • والحلم يعبّر نفسه بشكل خاص بالنظر لخصائص الدماغ الغريبة أثناء النوم وبالنظر أيضا لخصائص أعضاء الحس لا سيما البصر والسمع •

ولا بد من الاشارة هنا الى أن المنبهات (العوامل) الخارجية التي تمد الاحلام بمحتوياتها تشمل أيضا ما يحيط بالنائم وما كان يشغل ذهنه قبيل النوم من حوادث تتعلق بحياته اليومية المعتادة أو بمهنته أو تطلعاته وأولاعه بهذا الشكل أو ذاك • وفي هذهالحالة

يرى النائم الحالم كأنه ما زال يواصل عملــه اليومي المعتاد وتبدو عليه أيضا ــ أثناء الحلم ــ المشاعر أو الانفعالات المرتبطة به أثناء اليقظة ، يضاف الى ذلك ان الحلم كثيرا ما يستمد محتواه من اشارة عابرة أو ملاحظة عرضية أو حادثة تافهة أو كلمة لا تثير الاهتمام أثناء اليقظة . ولكن ذلك كله يظهر في الحــلم بشكل غريب وعلى هيئة صور حسية بصرية زاهية كما ذكرناه كل هذا يدل على ان جميع ما يشاهده الشــخص أو يقرأ عنه أو يسمع عنه أو يمارسه بالفعل ــ بشكل أو بآخر ــ في أي زمان ومكان قريب أو بعيد يترك في دماغه انطباعات خاصة لا تمحى بتقادم العهــد ومن الممكن أن يظهر بعضها ــ بصورة غريبة ــ في الحلم .

لا شك في أن العامل الحاسم الذي يحدّد طبيعة محتوى الحلم (بصرف النظر عن مثيراته البيئية) هو الجو السايكولوجي العام للدماغ أثناء النوم (نقول الجو السايكولوجي تمييزا له عن الخصائص الفسلجية

للدماغ المار ذكرها) من جهة ونمط المعاني(الذكريات) المنتقاة التي يستثير بعضهـا بعضا في كل حلـم على انفراد • والجو السايكولوجي هذا يحصل أيضا أثناء اليقظة من حيث الاساس ـ مع مراعاة خصائص الدماغ الفسلجية المختلفة أثناء النوم ـ • وتوضيح ذلك : عندما يستثير عامل بيئي معين (منبه) بالذات أفكارا متعددة ومتباعـدة لدى أشخاص متعـددين ولدى الشخص نفسه في مواقف متعددة ترتبط بخبرات سابقة ساهم ذلك المنبه فيها بشكل أو بآخر • فالصوت الذي يسمعه في مناسبة معينة (من انسان أو آلة أو طير أو حيوان) يستثير انطباعات ذهنية أو ذكريات تختلف عن نظرياتها المثارة في مناسبة أخرى أو في ظـروف بيئية مختلفـة • وكذا الحال في المنبهـات البصرية (المرئية) الحسية الهائلة التنوع والمقدار • وهـذا ينطبق أيضا على محتوى الاحلام • كل ذلك يدل على وجود عملية انتقاء في الذكريات المثارة أثناء اليقظـة

والحلم من بين أكداس من الذكـريات والانطباعـات الهائلة التنوع والمقدار والمتباينة في الزمـان والمكان والمكدس بعضها منذ مرحلـة الطفولة لاولى : مـع ملاحظة خصائص الدماغ أثناء اليقظة والنـوم • أما كيف يحصل هذا الجو السايكولوجي الذي أشرنا اليه فليس هناك لحد الآن ـ على ما نعلم ـ تفسير علمي له • وقد حـاول علماء « علـم النفس الترابطي » Associationists تفسير ذلك منذ عهـد ارسطو (٣٨٤ ـ ٣٢٢ ق•م) دون سند علـمي بعد التحليـل الدقيق رغم الاضـافات والتعديلات التي أجراهـا جمس مل (١٧٧٣ـ١٨٣٦) ونجـله جون سـتوارت مل (١٨٠٦ـ١٨٧٣) في انكلترة في القرن الماضي من جهة وفئة بارزة من علماء النفس الالمـان الذين ينتسـون الى ما يسـمى « مدرسـة ودزبرك الترابطية » وفي مقدمتهم : كراسير (١٨٧١ـ١٩٤٦) وبوهلر (١٨٩٠ـ١٩٣٦) وكيوبل (١٨٦٢ـ١٩١٥)

وهيسر (١٨٦٧ــ١٩٣٧) و اورت (١٨٤٧ــ١٩٢٣) وسيلز (١٨٨١ــ١٩٤٣) وابنكهوس (١٨٥٠ ــ ١٩٠٩) و وات (١٨٧٩ــ١٩٢٧)

يضاف الى ذلك أن بعض محتويات الحلم كثيرا ما ينشأ من مخزون الاحشاء كالمعدة أو الامعاء أو المثانة أو من ضيق التنفس أو صعوبة جريان الدم بفعل ضيق الملابس أو خشونة الفراش أو المخدة الخشنة المرتفعة ومن التخمة فتظهر الاحلام في هذه الحالة على هيئة كابوس nrghtmare مصحوب بالتشنج العضلي وبالهلع أو الفزع في حالات الغرق أو الاختناق أو وجود شيء ثقيل جاثم على الصدر •

ومع ذلك فان المنبع الرئيس لمحتويات الاحلام هو الانطباعات الذهنية والافكار والذكريات، القديمة والحديثة ، التي يحملها الشخص في ذهنه أثناء اليقظة منذ الطفولة الاولى (وبعضها باهت أو منسي) :

هذه الآثار أو البقايا traces هي ـ كما ذكرنا ـ انطباعات نشأت في الاصل بفعل منبهات بيئية سابقة كثيرة العدد وهائلة التنوع ومتباينه في الزمان والمكان • غير انها جميعا (الباهتة : المنسية بصورة خاصة) تتحول أثناء الحلم (بفعل خصائص الدماغ الفسلجية أثناء النوم) الى صور حسية بصرية حية زاهية فضفاضة مرتبطة بالمشاعر التي اقترنت بها أثناء حدوثها في اليقظة •

وفي حالات كثيرة يستمد الحلم محتواه من مهنة الشخص أثناء ممارسته اياها في وقت اليقظة وتطلعاته المرتبطة بها مصحوبة في العادة بالمشاعر أو الانفعالات المصاحبة • فالفنان الذي ترك لوحته الفنية مؤقتا ثم استسلم للنوم يرى نفسه ـ في الحلم ـ كأنه ما زال يرسم تلك اللوحة • وقد يكملها أثناء الحلم أو بشكل أروع منه أثناء اليقظة • وفي مجال العلم أمثلة كثيرة من هذا القبيل : فقد عجز عالم الكيمياء الروسي

مندلييف (١٨٣٤ـ١٩٠٧) عن بلورة جدوله الذري أثناء اليقظة رغم الجهود الكبيرة والكثيرة المضنية التي بذلها لفترة طويلة من الزمن ، فأعرض عن مواصلة البحث مضطرا • وقد رأى في الحلم في احدى الليالي: ما عجز عن تحقيقه في اليقظة : رأى الجدول أمام عينيه وقد اتضحت فيه العناصر الكيميائية بترتيبها المألوف• فنهض فورا ودوّن ذلك على الورق مع تحوير بسيط • وحصل شيء مشابه ـ من حيث الاساس ـ لدى عالم الكيمياء الالماني كلوي (١٨٢٩ـ١٨٩٦) فيما يتصل باكتشافه المعروف المتعلق بالبنزين • ولدى عالم الرياضيات الفرنسي بونكاريه (١٨٥٤ـ١٩٢٢) فيمايتصل ببعض آرائه الرياضية المعروفة ، ولدى عالم الرياضيات الالماني كوس (١٧٧٧ـ١٨٥٥) ، وهي حالات طريفة مهمة ومعروفة لولا الاستطراد لذكرنا تفاصيلها • أما العوامل الفسلجية المؤدية الى ذلك فسوف نذكرها بعد قليل •

ويدخل في هذا الباب أيضا ما ذكره أحد علماء النفس المعاصرين : قال « كنت ذات يوم مسافرا في القطار وكان معي في العربة شخص آخر استسلم للنوم بعد فترة وجيزة وبدأ يتحدث بصوت جهوري كأنه في قاعة مرافعة يدافع عن أحد المتهمين. ثم استيقظ فجأة ، واستأنف النوم الى فترة الاستيقاظ لمغادرة القطار . فسألته عن الكلام الذي تحدث به أثناء النوم ، فأنكر ذلك . وبعد المداولة ظهر انه محام في طريقه الى المحكمة للدفاع عن أحد المتهمين » . وذكر أحد مؤلفي المسرحيات انه استسلم للنوم وهو في قاعة العرض قبيل بداية التمثيل ببضع ثوان . ورأى في المنام عرضاً شيقاً للمسرحية منذ بدايتها حتى نهايتها وسمع الاطراء والتصفيق العاصف وعبارات الاستحسان ، فاستيقظ فجأة ورأى ان المسرحية لم تبدأ بل التصفيق الذي سبقها عند رفع الستارة .

لقد مرّ بنا القول ان المنبهات المباشـرة المحيطة بالنائم كثيرا ما تكون منبعا من منابع حصول الاحلام. ونود الآن أن نبين أن المنبه الواحد قد يعبر عن نفسه بأشكال متعددة في أحلام متتابعة أو متباعـدة لدى الحالم النائم . وللتدليل على وجاهة ما ذكرناه نعرض محتوى ثلاثة أحلام مختلفة رواها العـالم الالمـاني والفيلسوف هلدر باند (١٨٤٦ـ١٩١٥) مصدرهـا الخارجي صوت ساعة التنبيه . فقد ظهر صوت ساعة التنبيه ـ في أحـد الاحلام ـ كأنه صـوت ناقوس الكنيسـة عندما رأى هلـدر باند نفسه ـ وهو في المنام ـ كأنه خارج من داره بعد أن قطع مسافة طويلة في سفرة شاقة واستقر في احدى القرى النائيـة وقد شاهد سكانها يهرعون الى الكنيسة وقد تأبط كـل واحد منهم نسخة من الكتاب المقدس . فبدا له أن ذلك اليوم هو يوم الاحد . وقرر أن يحضر الصلاة . ولكنه آثر الجلوس برهة قصيرة في سـاحة الكنيسة

ريثما يزول عنه التعب ووعثاء السفر • ثم رأى الشخص المسؤول عن قرع الناقوس يتجه نحو ناقوس مدلى في أحد جوانب الكنيسة وبدأ يقرعه وسمع هلدر باند نغمات صوت الناقوس التي تشير الى قرب موعد بداية الصلاة • فاستيقظ فزعا ووجد نفسه في فراشه يسمع صوت ساعة التنبيه • وظهر الصوت نفسه ــ في حلم آخر ــ على هيئة صوت جرس معلق في رقبة حصانه الذي يجر عربته الخاصة وذلك عندما رأى (في المنام) كأنه استقل عربته خارجا للنزهة في أحد أيام الربيع الجميلة وقد اكتست الارض حلة خضراء مترفة ومعه امتعته وقد ارتدى لباس السفر • وعندما أطلق العنان للحصان ايذاناً ببداية السفر وبدأ صوت الجرس بالانطلاق استيقظ هلدر باند فوراً فوجد نفسه ــ كالسابق ــ مستلقيا على فراشه يسمع صوت ساعة التنبيه • وفي الحلم الثالث الطريف رأى نفسه في المنام كأنه يرى السيدة المسؤولة عن شؤون الطعام في المنزل

وقد حملت بيديها مجموعة كبيرة من الاطباق الزجاجية الفارغة لتوصلها الى غرفة الطعام وهي تسرع الخطى وتنوء بحملها فعثرت وانكفأت على وجهها وتناثر حطام الاطباق شذر مذر في أرجاء المكان وسمع هلدر باند صـــوت الاواني المهشمة فاستيقظ مذعــورا ولاحظ ـ كالسابق ـ انه ما زال في سريره يســـمع صوت ساعة التنبيه •

ومرَّ بنا القول أيضا ان المنبهات الراهبة المحيطة بالنائم الحالم تبدو في الحلم وهي أقوى ما تكـــون • وللتدليل على ذلك نشير الى ما ذكره المؤرخ الفرنسي موري (١٨٢٠ـ١٨٩٠) انه كان طريح الفراش في أحد الايام • وكانت والدته تجلس بجانب سريره • فرأى في المنام كأنه يعيش أثناء حوادث الثورة الفرنســية المرعبة في بدايتها سنة ١٧٨٩ • وقد شهد مناظر مفزعة متعددة منها انه شخصيا استدعي الى محكمة الثورة ووقف وجها لوجه أمام روبسبير (١٧٥٨ـ١٧٩٤)

ومارا (١٧٥٦ــ١٨٨٣) ودانتون (١٧٥٩ــ١٧٩٤) وقد وجهت إلي تهمة الخيانة العظمى . وبعد أخذ ورد ومناقشة حادة وجدل عنيف صدر عليّ حكم الاعدام شنقا حتى الموت . فقادني الجلادون الى المقصلة أمام حشد كبير من الناس ، وتحركت سكاكين المقصلة الحادة الرهيبة فبترت رأسي وفصلته عن الجثة .

فأستيقظ وأنا في أقصى درجات الهلع والرعب. فوجدت خيطاً واهياً سقط من أعلى السرير على عنقي . فنظرت والدتي إليّ باستغراب وفزع وسألتني عن الخبر فقصصت حلمي عليها فابتسمت وقالت لقد استيقظت بمجرد أن مس رقبتك هذا الخيط الذي سقط من أعلى السرير .

ــ ٤ ــ

يظن كثير من المهتمين بتفسير طبيعة الاحلام ــ القدامى والمحدثين ــ ان بعض الاحلام تنبىء عن

المستقبل وتكشف عن حوادث غيبية قبل وقوعها بالفعل أثناء اليقظة • وهذه النزعة الفلسفية في تفسير طبيعة الاحلام قديمة في التاريخ • من ذلك مثلا أن هوميروس (الشاعر والمفكر اليوناني الذي عاش في القرن العاشر قبل الميلاد) ذكر ان الآلهة تستخدم الاحلام وسائل لايصال تعليماتها الى الناس لهدايتهم الى النهج القويم في تصرفاتهم وفي علاقاتهم الاجتماعية• ومن الطريف ان نشير هنا الى أن كبار الكهان اليونانيين في اسبارطة كانوا يرقدون ليلا في المعابد لتلقي أوامر الآلهة — عن طريق الاحلام — لتبليغها اثناء النهار الى الناس : أي أن هؤلاء الكهان كانوا « رسل » الآلهة أو « وسطاءها» الى الناس •

ومع ان هذا التفسير يتعذر قبوله في الوقت الحاضر بالنظر لتقدم علوم الدماغ بصورة خاصة والمعرفة العلمية على وجه العموم فان بعض الناس في الوقت الحاضر يرى في الحلم أحيانا حوادث معينة

ثم يشاهد حدوثها بالفعل « تحقيقها » بعد ذلك أثناء اليقظة . وهذا بنظرهم دليل قاطع ــ لا يدحض ــ على « صدق » بعض الاحلام في بعض المناسبات وقدرتها على « التنبؤ » بالمستقبل والكشف عن « المغيبات » على هيئة « أحاسيس صامتة » أو هواجس : Premonitions : من ذلك مثلا أن شخصا رأى في المنام أن والده ــ الذي يعيش بعيدا عنه في مدينة أخرى ــ قد توفي . ثم علم ــ بعد ذلك ــ أن والده توفي بالفعل . ومنها أيضا : ان معلما صدر أمر نقله الى بلدة أخرى . فرأى في المنام ــ قبيل سفره الى المدينة الجديدة التي لم يرها من قبل ــ كأنّه دخل بناية غريبة لم يألفها من قبل : ذات سقف مقوس نصف دائري على هيئة قبة وان الذين استقبلوه في البناية (بناية المدرسة المنقول اليها) من أعضاء الهيئة التدريسية بدت عليهم علامات الصدود والاعراض فقفل راجعا الى محله القديم للتشبث

بالبقاء فيه • ثم سافر ــ بعد هذا الحلم ــ الى المقر الجديد فوجد الامر كما رآه في الحلم ، فعاد ادراجه من حيث أتى •

وعندي ــ اذا كان لي عند كما يقول الجاحظ ــ ان الذي حصل في الحلمين المار ذكرهما يندرج تحت ما يمكن أن يسمى : التوقع ــ بمعنى حدوث هده النتيجة أو تلك في ضوء قرينتها الاجتماعية والظروف الموضوعية المحيطة بها وتقدير الموقف تقديرا صائباً • وهذا كثير الحدوث أثناء اليقظة أيضا ، فكثير من الناس بامكانهم أن ينظروا ــ في مجرى حياتهم اليومية المعتادة ــ الى بعض الاحداث البارزة نظرة تحليلية دقيقة بالموازنة باتجاهاتها العامة وتمحيص مسارها في موضوع التخصص في الاعم الاغلب في ضوء المعرفة والخبرة وبالتفكير المنطقي، فيستنبطون ــ في نهاية المطاف ــ وقوع هذه الحادثة (النتيجة) أو تلك قبل حدوثها • وقد تقع بالفعل بعد ذلك

بزمن قريب أو بعيد • (وقد لا تقع بالطبع : وهو كثير) • والتوقع المشار اليه ظاهرة مألوفة لدى الاطباء بالنسبة لكثير من المرضى ولدى الساسة • والى هذا المعنى أشار أحد الشعراء بقوله في معرض المدح :

عليمٌ بأعقاب الأمور برأيه
كأنّ له في اليوم عيناً على الغد

أو :

خبيرٌ بأعقاب الأمور كأنّما
يرى بصواب الرأي ما هو واقع

وفي التاريخ حوادث كثيرة من هذا القبيل • فقد توقع بسمارك (١٨١٥–١٨٩٨) — قبيل اعتزاله السياسة لاختلافه مع القيصر ١٨٩٧ — اندلاع نيران حرب طاحنة تبدأ شرارتها الاولى من البلقان • وقد انطلقت — هذه الشرارة — بالفعل من البلقان عندما أغتيل ولي عهد الامبراطورية النمساوية — الهنكارية

الامير فردناند في مدينة سيراجفو في حزيران ١٩١٤ فاندلعت نيران الحرب العالمية الاولى (١٩١٤ — ١٩١٧)[1]

تلك — وما على شاكلتها وهو كثير — توقعات مألوفة ، قد تصدق أحيانا وقد لا تصدق بفعل عوامل مفاجئة أو قديمة لم تؤخذ بالحسبان الى الحد المطلوب .

وفي ضوء ذلك من الممكن تلمس « مفاتيح » حل « رموز » الحلمين السابقين ، بالنسبة للمعلم الاول : لا بد من أن تتذكر أولا وقبل كل شيء أن الشخص الذي يسكن بعيدا عن أسرته وذوي قرباه — الشديد الالتصاق بهم — يبقى أثناء اليقظة دائب التفكير بهم كثير الشوق اليهم ، بادي القلق عليهم وبخاصة الذين تركهم معتلي الصحة . وقد يتوقع وفاة بعضهم ،وهذا يظهر في أحلامه ، وبخاصة عند انقطاع رسائلهم أو عثوره على عبارات غامضة (أو عرضية) ترد في

بعض رسائلهم أو يحملها له القادمون من جهتهم •
والشخص في مثل هذه الحالة يجنح ـ من الناحية السايكولوجية ـ (أثناء مروزه بحالة انفعالية حادة أثناء اليقظة) نحو تجسيد ومسخ حوادث كثيرة يتذكرها أثناء اليقظة • وقد يظهر ذلك في أحلامه أيضا ، فاذا توقع مثلا وفاة شخص عزيز عليه أثناء اليقظة وغمره الأسى الناجم عن الفاجعة المتوقعة المفاجئة ظهر ذلك كله أيضا في الحلم • وقد يرى الحالم النائم اتفاقاً (من باب الصدفة) coincidental موت أحد الاشخاص الذين توقع موتهم أثناء اليقظة ثم يسمع بالفعل عن هذا الموت ، وقد لا يحصل ذلك: وهو الاعم الاغلب • كل ذلك يشير الى « الجو السايكولوجي » المحيط بالحلم والحالة التي سبقته أثناء اليقظة • يضاف الى ذلك ـ وهو الارجح بنظرنا ـ أن يكون والده معتل الصحة بالفعل وانه سمع عن أو توقع تدهور صحته •

أما محتوى الحلم الثاني فلا بد للكشف عنه من ابداء الملاحظات التمهيدية العامة التالية : يلوح ان المعلم ـ بعد أن تسلم أمر نقله غير المرغوب فيه ـ أصبح كثير الاستفسار عن طبيعة المكان الذي سوف يعمل فيه والكيفية التي سيستقبله زملاؤه الجدد . ومن المحتمل انه سمع ان بناية المدرسة المنقول اليها صومعة في الاصل وان سكان المدينة لا يرحبون بالغريب أو انهم يستقبلونه بفتور . وقد أصبح بالفعل كئيباً يحمل مشاعر سلبية . فظهر ذلك كله في الحلم . فقفل راجعا . وعندما توجه بالفعل وجد الامور كما لاحظها وتوقعها ، فعاد ادراجه ، فالذي توقعه في اليقظة قبل السفر ، حصل في الحلم ، وليس العكس كما يظن كثير من الناس . وقد فسّر موقف زملائه في ضوء توقعاته ـ أثناء اليقظة قبل السفر التي عبّرت عن نفسها في الحلم ـ : لأن حالة الشخص الانفعالية أثناء اليقظة تظهر أيضا في الحلم . وهذا

واضح في الاحلام المزعجة بصورة خاصة : التي هي صدى لحالات انفعالية مزعجة تحصل أثناء اليقظة •

وقد ثبت لدى أطباء الامراض العقلية والاضطرابات العصبية أن كثيرا من المخاوف والوساوس والاوهـام الباثولوجية تعود في الاصـل الى محتوى الاحـلام المزعجة وبخاصة التي تؤدي الى الاستيقاظ المفاجيء المصحوب بالهلع أو الجزع أو الرعب • وهـذا يعني ـ بتعبير آخر ـ ان محتوى الحلم المزعـج يصبح ـ في هـذه الحـالة ـ مصـدر ايحـاء ذاتي : auto suggestion سلبي يؤدي الى نشوء حالة انفعالية باثولوجية عنيفة • وفي مجرى الحيـاة اليومية المعتادة أثناء اليقظة أمثلة كثيرة على ذلك تتعذر الاحاطة بها • ولدى أطباء الاعصاب المختصين بالعلاج السايكولوجي : Psycho therapy ثروة عزيزة في هذا الباب • من ذلك مثلا : ان سيدة كانت تشكو من مخاوف باثولوجيـة ووساوس وأوهـام راجعت

احدى عيادات الامراض العقليـــة ، وذكرت للطبيب المختص « انه يتراءى لها شبح امرأة مشؤومة تخاطبها دائما بصوت مشؤوم بقرب الموت بالسكتة القلبية » وبعد اجراء الفحص الدقيق ظهر انها راجعت ـ قبل زهـــاء ربع قرن ـــ احـــد مشـــاهير « العرّافين » fortun tellers فأخبرها « انها ســـتموت بالســـكتة القلبيـــة لكون قلبهـــا ، أوهى من بيت العنكبوت » ولكنها أعترضت بشدة عليه واحتجت بأن قلبها « أقوى من الحديد ولا بد أن يكون قد أخطـــأ بالتشخيص • » وبدأت منذ ذلك الحين ترى مختلف الاحلام المزعجة الامر الذي أدى الى تردي صحتهـــا رويداً رويداً ، وكان قلبها محور التشكي والقلـــق أثناء اليقظة والنوم • الى أن قضت نحبهـــا بعد ذلك بفترة وجيزة •

ومن الطريف أن نشير هنا الى أن بعض الناس يرى في المنام أحياناً كأنّه يتعرّض لأذى (موهوم)

ولكنه يلاحظ أثناء اليقظة علامات ذلك الاذى في جسمه ويشعر أيضا بالالم الذي رافقه أثناء المنام • وهذا صحيح وكثير الحدوث • (وقد يحصل نظيره في اليقظة) • وتفسيره من الناحية الفسلجية ان مجال المؤثرات الداخلية (الآتية من الاحشاء ومن مخزون الدماغ) يتسع أثناء النوم لانتفاء (أو ضعف) إثر المؤثرات الخارجية المحيطة بالنائم الامر الذي يجعل النائم الحالم مرهف الاحساس بأي ألم (يعانيه في اليقظة دون أن يكترث به لانصباب اهتمامه بأمور كثيرة أخَر) • ويحدث أحيانا أن تنتاب الشخص ـ أثناء اليقظة ـ حالات أمراض عابرة وآثار جسدية بسيطة مصاحبة كالجروح أو الاورام ولكن الآلام المرافقة أو الناجمة لا تصل الى مراكز الالم في القشرة المخية لانهماك القشرة المخية بأمور كثيرة أخَر • وعند استسلام الشخص للنوم تنشط الآلام وتتجسد وتستثار مراكزها الدماغية وتعبر عن ذلك بالاحلام

أيضا • وهذا هو العامل الفسلجي الذي حالات نادرة طريفة أيضا منها : من ذلك مثلا : أن أحد الاشخاص رأى في المنام كأنّ كلباً عضه في فخذه ، فاستيقظ مذعورا وشاهد أثر العض وشعر بالألم المرافق • وتدخل في هذا الباب أيضا قصة الراهب الفرنسي المتزمت : لوي لاتو المشهورة التي خلاصتها : انهرأى في المنام جروح السيد المسيح الصليب في ذراعيه وساقيه • وحدث ذلك بالفعل أثناء اليقظة • ومن الامور المألوفة أن حالات الهلع أو الذعر والفزع كثيرا ما تؤدي ــ في حالات اليقظة ــ الى تبدلات جسمية ملحوظة مثل ابيضاض شعر الرأس وفقدان البصر وسقوط الاسنان أو الشعر ، وقد يؤدي أحيانا الى الموت • وهذا موضوع طريف ومعروف في علم النفس يدخل في باب الايحاء suggestion والايحاء الذاتي : auto suggestion نكتفي بمجرد الاشارة اليه مع أهميته الكبرى •

— ٥ —

لقد مرَّ بنا القول ان الاحلام تعبّر عن محتوياتها على هيئة صور حسية بصرية حية زاهية ، لعوامل فسلجية أشرنا اليها وسوف نشير اليها مرة أخرى بعد قليل . ومن هذه الزاوية فان احلام الشخص الاعمى — الذي ولد كذلك أو فقد بصره منذ الطفولة المبكرة — لا تعبّر عن نفسها على هيئة صور حسية بصرية : optical images وذلك لانتفاء وجود مثل هذه الصور أو الانطباعات في المخ بفعل فقدان البصر . ولهذا فان الصور الذهنية الحسية التي تظهر في الاحلام عند فاقد البصر ترتبط بالاصوات والروائح وما تحدثه أحيانا حاسة اللمس وذلك لسلامة مراكزها المخية وأعضاء الحس السمعية واللمسية والشميه . والاعمى « يرى » الاشخاص في الحلم عن طريق الصوت المنبعث منهم أثناء الكلام . ويرى الاشجار

عن طريق الاصوات الناجمة عن تحريك الرياح اياها • أو عن طريق للمس أو شم الروائح • وقد ذكر أحدهم أن صورة والدته في الحلم كانت تبدو له عن طريق صوتها •

- ٦ -

أثبتت علوم الاعصاب المعاصرة أن نصف الكرة الايمن مختص بالتفكير الحسي (عبر الصور الحسية البصرية والسمعية والشمية والذوقية واللمسية) وان النصف الايسر مسؤول عن التعامل مع المجردات وعن التفكير المجرد المنطقي ، وبالنظر لاخفاق النصف الايسر من الكرة المخية في حل كثير من القضايا العويصة أثناء اليقظة فان الدماغ (أثناء النوم المعبّر عنه « نوم حركة العين السريعة » الذي مرّ بنا ذكره) يستعين بالتفكير عبر الصور الحسية الذي يستند الى نصف الكرة المخية الايمن • وهذا هو العامل

الفسلجي الذي يفسر لنا من بين أمـور كثيرة أخَر « سخافة » الحلم من الناحية المنطقية وكونه يطفح بالمشاعر الزاهية ويتضاءل فيه الى درجة التلاشي حكم العقل أو المنطق •

وقد ثبت أن نـوم « حركة العـين السريعة » ـ المصحوب بالاحلام ـ يساعد النـائم الحالم على تكييف نفسه لشتى الحالات والمواقف وكثيرا ماينضج في ذهنه ما لم يكن بالحسبان أثناء اليقظة • والشيء المهـم هنا هو طبيعـة المشكلات التي أقلقت بـال الشخص قبيل فترة المنام : فهي وحدها القادرة ـ في مثل هذه الحالة ـ أن تملأ محتوى الحـلم • وهنا تتضح ـ من بين أمور كثيرة أخَر ـ الوظيفة التكيفية للحلم • ومن هذه الزاوية يمكن القول : ان البحث (التقصي : التمحيص : الفحص) المسـتمر في كـل لحظة من لحظات الحياة أثناء اليقظة هو الذي يؤدي الى نشوء الصيانة أو الحمايـة السايكولوجيـة التي

تعطي المرء القدرة على المقاومة والتغلب على القنوط أو اليأس أو فقدان الثقة بالنفس الذي ينتاب الانسان في العادة • كما ان قدرة المرء على التحمل والجلد والمثابرة ومقارعة الاحداث والبحث عن حلول ملائمة للمشكلات التي تعترض سبيله في مجرى حياته اليومية أو أثناء العمل المهني أو العلمي المحض وكلها تختلف باختلاف الافراد وتعبّر عن نفسها لدى كل منهم بطريقته الخاصة : بعضهم يتفاداها : يتجنبها ، وبعض آخر يلقي مسؤولية حلها على غيره • وبعض آخر يتخطاها •

يتضح اذن أن علوم الاعصاب المعاصر تقرن نوم « حركة العين السريعة » بالاحلام التي ترتبط بالبحث عن الحلول الملائمة لمشكلات تعذر حلها أثناء اليقظة• ومن هذه الزاوية فأن علوم الاعصاب قد أماطت اللثام عن رابطة عجيبة بينها : وذلك لان الدماغ يحصل فيه أثناء « نوم حركة العين السريعة » نشاط ملحوظ

على نسق نشاطه أثناء اليقظة عند البحث عن حلــول المشـكلات التي يواجهها • ومن هذه الزاوية فان « نوم حركة العين السريعة » يعوّض للنائم الحالم عن اخفاقه أثناء اليقظة في حل كثير من المشـكلات التي تعترض سبيله فيعرض عنها ، كما انه يهيىء للدمــاغ أفضل الظروف لايجاد تلك الحلــول أثناء هذا النمط مــن النوم • ومن الغريب حقا أن يكون « نوم حركة العين السريعة » (العميق) ـ الذي يقرب من المــوت في الظاهر ـ مصحوبا بنشاط في الدماغ يبلغ أعلى مراتبه من ناحية نمط الامواج الكهربائية التي تشبه نظيراتها أثناء اليقظة في حالة تركيز الانتباه عند محاولــة حل مسألة معينة عويصة •

الاحــلام في التراث

١ ـ محمد بن سيرين/منتخب الكلام في تفسير الاحلام

٢ ـ عبدالقادر النابلسي/تعطير الانام في تعبير المنام

- ١ -

يقترن تفسير الاحلام في التراث باسم الامام المحدث الشيخ محمد بن سيرين ، وهو من التابعين وممن رووا عن عبدالله بن عمر بن الخطاب وعن أنس بن مالك • وقد أقام ابن سيرين بالبصرة وعاصر الحسن البصري ، وتوفي في القرن الثامن الميلادي ، ووضع كتابه المشهور ــ الذي جمع بعد وفاته ــ « منتخب الكلام في تفسير الأحلام » وميّز فيه ــ وفق معايير خاصة وأسس عامة اتخذ منها نقطة انطلاقته النظرية ــ بين ما سماه « الرؤيا » و « الرؤيا الصادقة » (التي اعتبرها جزءاً من ستة واربعين جزءاً من النبوة من جهة وبين ما سماه « الاحلام » و « أضغاث الاحلام » من جهة أخرى) • واشترط لحدوث الرؤيا الصادقة شروطا معينة وذكر بأنها تحصل اذا توافرت شروط معينة وقواعد ثابتة بنظره مستمدة

في الاصل من القرآن الكريم وسيرة الرسول الاعظم وأمثال العرب • واعتبر كل ما هو خارج عنها أو غير منسجم معها ضربا من ضروب « أضغاث الاحلام » التي لا دلالة لها ولا تنبىء بالمستقبل الافضل الذي هو بنظره وقف على الرؤيا وعلى الرؤيا الصادقة •

كما اشترط ابن سيرين شروطا معينة لحصول « الرؤيا الصادقة » وموسم حصولها • ووضع أيضا شروطاً خاصة في من يرى « الرؤيا الصادقة » • وأورد توصيات عامة للمعبرين أو المفسرين • وشروطه هذه وتوصياته طريفة ومبتكرة برأينا وموضوعية بالنسبة لظروفها المكانية والزمانيـة • وجميعها مستمدة في الاصل ــ كما ذكرت ــ من القرآن الكريم وسيرة النبي الاعظم ومن طبيعة الحياة الاجتماعية السائدة آنذاك • ومن خبرته الشخصية ومن القياس والموازنة• ومن هذه الزاوية يمكنني أن أقول ان تفسيره أرفع مستوى من نظرائه في المجتمعات المعاصرة آنذاك •

أما الآن فأود أن أتحدث ــ بأقصى حد من الايجاز والتركيز ــ عن الشروط الآنف ذكرها ثم استشهد بأمثلة طريفة منقولة من كتاب ابن سيرين المار ذكره . وبما ان « الرؤيا الصادقة » و « أضغاث الاحلام » كلها تحصل أثناء الليل فقد ذكر ابن سيرين ان النوم يحصل « اذا صفا الدم والبلغم واعتدلت الطبائع[٢] . واذا اختلفت وتكدّرت لم يأخذ صاحبها النوم » . وذكن ابن سيرين ان « من نام على جنبه الايمن فأحب أن يرى رؤيا صالحة حسنة فليستقبل القبلة ويقرأ سورة « الشمس وضحاها » وسورة « التين والزيتون » وسورة « قل يا أيها الكافرون » وسورة « الاخلاص » . وقال أيضا : « أصدق الرؤيا بالاسحار وبالقائلة . وأصدق الاوقات انعقاد الانوار ووقت نبع الثمر وادراكه ، وأضعفها فصل الشتاء .» وذكر أيضا : « ان رؤيا النهار أقوى من رؤيا الليل . وأصدق الرؤيا أواخر الليل . » وتلك استنباطات

توصل اليها ابن سيرين من اصغائه الى ما كان يرويه الاشخاص الحالمون ــ وهم كثيرون من مختلف المشارب ــ وفي محاوراته اياهم واستفساره عن مهنهم وحالاتهم الاجتماعية والسايكولوجية العامة • وقد أشار الى ذلك كله ضمنيا في تفسيره •

فقال ابن سيرين كذلك : « وقد تتغير الرؤيا عن أصلها باختلاف هيئات الناس وصناعاتهم وأقدارهم وأديانهم : فتكون لواحد رحمة وعلى آخر عذابا »• وعنده ان « من عجيب أمر الرؤيا أن الرجل يرى في المنام أن نكبة نكبته وأن خيراً وصل اليه فتصيبه تلك النكبة بعينها أو ينال ذلك الخير بعينه • » وقال أيضا: « واذا رأيت في منامك ما تكرهه فاقرأ آية الكرسي ثم اتفل عن يسارك وقل : « أعوذ برب موسى وعيسى وابراهيم الذي وَفّى ومحمد المصطفى من شر الرؤيا التي رأيتها •» واختتم ابن سيرين هذا الجانب الطريف من جوانب تفسيره الرؤيا بقوله :

« واذا كانت الرؤيا مختلطة فهي أضغاث أحلام »: بمعنى انها لا تنسجم مع الاحوال حسب قوله : أي انها لا تخضع للمبادىء العامة التي اتخذ منها ابن سيرين نقطة انطلاقه النظرية في تفسير الاحلام ، فهي شاذة لا تفسير لها •

أما الشروط التي يرى ابن سيرين ضرورة توافرها بمن يفسّر الرؤيا (يعبّر عنها) فقد أشار اليها بقوله : « ينبغي أن يكون المعبّر من ذوي الخصال المحمودة : الديانة والحفظ والسماحة وأدب النفس والتقى والحلم والامانة والصمت عمّا لا يدري وترك الهذر في كثرة الكلام والكتمان على سرائر الناس » وهذه بنظرنا مشتقة في الاصل من سيرته الذاتية •وقد استرسل في شرح الخصال المحمودة المشار اليها في أماكن شتى من كتابه الذي مرت الاشارة اليه • فقال « يجب أن يكون المعبّر : عالما بكتاب الله حافظا لحديث الرسول (ص) خبيرا بلسان العرب واشتقاق

الكلمات عارفا بهيئات الناس ضابطا لاصول التعبير عفيف النفس طاهر الاخلاق صادق اللسان • » وهذا بالطبع في المجتمع العربي الاسلامي الذي نشأ فيه ابن سيرين وترعرع • ولم يتحدث عن المجتمعات الأخَر وان كانت القرينة تدل على ضرورة توافر الشروط نفسها من حيث الاساس وحسب الدين الشائع • واسترسل ابن سيرين في شرح ذلك كله بالنسبة للمعبّر فقال أيضا : وعلى المعبر « أن يتثبَّت فيما يرد عليه ويترك التعسف ولا يأنف من أن يقول لما يشكل عليه : لا أدري • وان يفهم كلام صاحب الرؤيا ويتبيّنه ويعرضه على الاصول فان رآه كلاما صحيحا يدل على معاني مستقيمة يشبه بعضها بعضاً تصدّى لتفسيره ، وان وجد الرؤيا تحتمل معنيين متضادين نظر ايهما أولى بألفاظها وأقرب في أصولها حملها عليه • وان رأى الاصول صحيحة وفي خلال أمور لا تنتظم ألقى حشوها وقصد الصحيح منها • »

كل ذلك ليحول ابن سيرين بين الرؤيا التي تقع بالقلل وبين « الرؤيا » المفتعلة التي يدسها عليها خصومه بالذات أو المستهزئين برأيه أو العابثين المتطفلين .
وحذّر ابن سيرين المعبّر من أن يُحرّف أية مسألة عن وجه تأويلها المعروف في الاصول أو أن يتجاوز حدها المعلوم رغبة منه أو رهبة فيحق عليه الكذب ويعمى عليه سبيل الحق . وأوصاه أيضا بالصمت اذا كره الكلام في أي أمر من أمور الرؤيا .

والرؤيا بنظره : تارة تعبّر عن كتاب الله العزيز وتارة عن حديث الرسول الكريم . ومرة عن المثل السائر من أمثال العرب . وان الرؤيا يمكن تفسيرها أحيانا من مجرد اللفظ ، وأحيانا من اشتقاقه اللغوي .
وأما التأويل من القرآن الكريم فقال عنه : « البيض يعبّر عن النساء ، والحجارة تعبّر عن الصلابة ، واللحم الطري يعبّر عن الغيبة ، واللباس يعبّر عن المرأة . والغراب عن الرجل الفاسق ، والمفاتيح تعبّر

عن الكنوز ، والسفينة تعبّر عن النجاة • » وأورد على ذلك كله وما هو على شاكلته آيـات من القرآن الكريم لتعزيز رأيه •

وأما التأويل من الامثال السائرة فقال ابن سيرين عنه : الرجل يرى في المنام أن يده طويلة : بمعنى انه يصطنع معـروفا • أو يـرى « الاحتطاب » بمعنى النميمة ، أو يرى « الكبش » بمعنى الرجل العـزيز في قومه • وأورد على ذلك من أمثال العرب ما يعزز رأيه • وقال أيضا اذا رأى الرجل في المنـام شخصا اسمه « طاهر » فان ذلك يدل على الطهارة ، وراشد: يدل على الرشد ، وسالم : يدل على السلامة • وأما التأويل بالضد : « البكاء يعني الفرح ، والفرح يعني البكاء • » ويطنب ابن سيرين في الاستشهاد بنماذج من الاحلام الطريفة تتعذر الاحاطة بها ، من ذلك مثلا: « ان من رأى كأنّ الجن دخلوا داره فان ذلك يعني دخول اللصوص أو هجوم الاعـداء • ومن رأى انه

أمسك الشمس وتملّكها فانه يصيب الملك بقدر ما رأى اذا كانت صافية وفيهاشعاع •ومن رأى الشمس طلعت في بيته فإنه يتزوج امرأة جميلة ، ان كان أعزب وإلاّ فانه يصيب سلطانا وثقة من قبل الملوك • وان رأى سحابا غطى الشمس فان ذلك مرض • » وقال ابن سيرين أيضا : « من رأى كوكبا فانه ينال شرفاً من الملوك أو من رجل شريف • ومن كان القمــر في حجره وحمله بيده فانّه يرزق ولدا صالحا ، وان كان القمر في بيته أو في فراشه فانه يتزوج امرأة حسناء •» والنجوم عند ابن سيرين تعني أشراف الناس •« ومن رأى كأنه يأكــل النجــوم فأنه يعتدي على أمــوال الاشراف • » والرعد منظره سلطان جائر • والبرد : همّ • والنار : عــذاب ، وربما دلــت على القحط والجوع والجراد والامراض • و « من رأى انه يطير من سطح الى سطح فانه يستبدل بامرأته امرأة أخرى• ومن رأى انه يكنس بيته فأن ذلك يعني ذهاب أمواله•

ومن رأى انه أُعطي نعلاً في يده فأخذها فانه يتزوج . وان كان النعل من جلود البقر كانت المرأة أعجمية الاصل ، وان كان من جلود الخيل كانت من العرب .»

والسمكة الطرية — في الحلم — تعني بنظره امرأة ، والسلاح : عز وسلطان ، والفرس : جاه وعزة وسلطان ، والوحوش : رجال لا دين لهم فارقوا جماعة الاسلام ، والجارية : خير — على قدر جمالها ولبسها وطيبها — . والجارية السمينة من النساء : خصب ، والمهزولة : جدب . « واذا رأت المرأة في منامها امرأة شابة ، فهي عدوة لها على أية حال رأتها . فإن امرأة شابة كأنها تحولت عجوزا دلت رؤياها على حسن دينها ، وان رأت امرأة كأنها كشفت عن شعرها فان زوجها يغيب ولا يرجع اليها . وان لم يكن لها زوج فأنها لا تتزوج أبدا . وان رأت كأن شعرها محلوق : فان زوجها يخلعها . ومن رأى حمامة

بيضاء : فانه يتزوج فتاة جميلة • أما البيغاء فرجل كذاب ظلوم • والبلبل رجل موسر أو امرأة موسرة •»

ويسترسل ابن سيرين في سرد نماذج طريفة مترفة ومثيرة من الاحلام – لولا الاستطراد – لاستشهدنا بالكثير منها • وقد آثرنا ذكر نماذج أخَر بالاضافة الى ما ذكرناه على سبيل التمثيل لا على سبيل الحصر : قال ابن سيرين « ومن رأى كأن بطنه انشق فرأى في باطنه عيوناً : فهو زنديق ، ومن رأى كأن عينيه عينا انسان آخر غريب مجهول : دلت رؤياه على ذهاب بصره ويكون غيره يهديه الطريق : فانكان الرجل معروفا فان صاحب الرؤيا يتزوج ويصيب منه خيرا » فان رأى كأن عينيه ذهبتا : مات أولاده • ومن رأى كأن شهابا ثاقبا يتبع شيطانا : دلت رؤياه على صحة دينه • ومن رأى كأن الشيطان خوّفه دلت رؤياه على صحة دينه • ومن رأى ان الشيطان فرح مسرور : اشتغل بالشهوات • ومن رأى كأنه

يحمل صبياً فانه يدير ملكاً • ومن رأى انه قتل حية على فراشه : ماتت امرأته • ومن رأى حية تمشي خلفه : فان عدوا يريد أن يمكر به • ومن رأى انه خَرَّ من السماء : فانه يكفر • ومن رأى كأنه أخذ السماء بأسنانه : فانه تصيبه مصيبة في نفسه أونقصان في ماله ويريد شيئاً لا تبلغه يده • ومن رأى انه دخل في السماء ولم يخرج : فانه يموت • ومن رأى كأنه يستخدم أواني الذهب والفضة : فانه يرتكب الآثام•»

ويقول ابن سيرين أيضا : « أما الهجرة في الرؤيا : فسلطان مهيب ، وتدل على الخصب والرجاء • فان هاجر وهو مريض : أفاق من علته ودامت حياته ، وان لم يكن مريضاً تزوج ان كان أعزب ، وأسلم ان كان كافرا ، وان كان متزوجا : حملت امرأته • ومن رأى ان الامام مات : خربت البلدة ، كما أن خراب البلدة دليل على موت الامام • ومن رأى كأنه أصم : فان ذلك دليل على فساد الدين • ومن رأى

انه مات ثم عاش : فانه يذنب ذنباً ثم يتوب ، ومن مات من غير مرض ولا هيئة من يموت : فانه يطول عمره • ومن رأى كأنه لا يموت : فقد دنا أجله • ومن رأى كأنه مات وأقام مأتماً : سلمت دنياه وفسد دينه •ومن رأى ميتاً معروفاً مات مرة أخرى وبكوا عليه من غير صياح ولا نياحة : فانه يتزوج ، ويكون البكاء دليل الفرح • ومن رأى كأنه وجد ميتاً : فانه يجد مالا • ومن رأى كأنْ إبنه مـات : تخلّص من عدوه ، وان رأى كأن ابنته ماتت : أصابه الحزن ، فان رأت امرأة حامل كأنها ماتت والناس لا يبكون عليها : فانها تلد ابناً تُسَّر به • »

ورؤيا الاعزب المـوت ــ بنظر ابن سـيرين ــ « دليل التزوج ، وموت المتزوج : دليل على الطلاق• ومن رأى كأنه يصافح عدواً أو يعانقه : ارتفعت بينهما العداوة وحلّت الإلفة • ومن رأى أن عدوه يسـلم عليه : فأنه يطلب اليه الصلح ، وان رأى انه سـلم

على من ليس بينه وبين الآخر عداوة : أصاب المسلم عليه من المسلّم فرحاً ، وان كانت بينهماعداوة : فانه يظفر بالمسلّم ويأمن مواقفه • ومن رأى كأنه سلم على شيخ لا يعرفه : فان ذلك أمان من عذاب الله • فان رأى انه سلّم على شيخ يعرفه : فانه يتزوج امرأة حسناء وينال أنواع الفواكه • فان رأى انه سلّم عليه شاب لا يعرفه : فانه يسلم من شر أعدائه • وان كان يخطب الى رجل فرأى كأنه يسلم على ذلك الرجل فرد عليه السلام ، فانه يزوجه • فان لم يرد على سلامه : لم يزوجه • وكل مشرك رأى في منامه أو رآه غيره كأنه في الجنة أو انه حلي أساور من فضة: فانه يسلم • وكذلك لو رأى انه يدخل حصناً أو رأى انه يصلي نحو القبلة أو رأى انه يشكر الله : فقد هدي الى الاسلام ، وان كان في دار الشرك فرأى في منامه انه تحوّل الى دار الاسلام — دار الحق — : فانه دليل الايمان • فان مسلماً كأنه يقول

أسلمت : استقامت أموره واستحكم اخلاصه • فان رأى مسلماً كأنه يسلم ثانية : سلم من الآفات • فان رأى أحد من المشركين كأنه كان ميتاً فحيا : فانه يسلم • وكذلك اذا رأى سعة في صدره : فانه يسلم • وكذلك اذا رآه أحد في سفينة في البحر : فانه يسلم • »

تلك هي بايجاز مبادىء ابن سيرين في تفسير طبيعة الاحلام ، وهي في جوهرها ــ على ما نظن ــ صدى للظروف البيئية التي نشأ فيها هذا التابعي الجليل • فقد عاش ابن سيرين في القرن الرابع الهجري ــ العاشر الميلادي ــ وهو فترة تاريخية مفعمة بالاحداث والتناقضات والمآسي تميزت بتسلط البويهيين وتخاذل العباسيين وبانقسام المجتمع العربي الاسلامي الى دويلات متناحرة يحكم المغامرون أغلبها:

وتفرقوا دولا فكل مدينة
فيها أمير المؤمنين ومنبر

واتخذ الحكام الطغاة من الدين الحنيف أداة لتثبيت قواعد حكمهم الجائر • وانتشر التزمت الديني والتعصب المذهبي حتى افترق المسلمون هذا الافتراق وتباينوا هذا التباين وخرجوا الى التكفير والتفسيق واباحة الدم والمال ورد الشهادة واطلاق اللسان بالقذع والتهاجر والتقاطع ، وأصبح القتل العمد والغدر والاغتيال والافتراء والاتهام بالالحاد والزندقة أكثر الاسلحة فتكاً بالناس : حكاماً ومحكومين • ووجد كثير من السذج والاتقياء ضالتهم المنشودة في الاحلام للهروب من الواقع المر • وفزع الناس الى ابن سيرين ليفسر لهم أحلامهم حسب مستلزمات الشريعة السمحاء • ومن هذه الزاوية تتضح منزلة تفسيره الذي لخصنا جوانبه العامة • كما تتضح تلك المنزلة اذا تذكرنا ان الاحلام تكثر في وقت الازمات الاجتماعية والشدائد ، وهذا يؤدي بدوره الى انتشار «الدجالين» و « المتصيدين بالماء العكر » الذين يتصفون بالابتزاز

وبالتمويه • ومن هـــذه الزاويـــة أيضـ يتجلى أمامنا هذا الشيخ الوقور بورعه وخلقه الرفيع : كما ان الذين جاؤوا من بعده ـ وهـــم كثيرون كما ســنرى بعد قليل ـ كانوا عيالاً عليه إلاّ ما ندر •

الاحــــلام في التراث

٢ ـ ابن النابلسي/تعطير الانام في تعبير المنام

- ١ -

كتب ابن النابلسي (بصيغة التواضع الشائعة آنذاك) في ديباجة كتابه : تعطير الانام في تعبير المنام (الذي ألفه في نهاية القرن الحادي عشر الهجري) ما نصه : « أما بعد فيقول العبد الفقير والعاجز الحقير عبدالغني بن اسماعيل الشهير بابن النابلسي الحنفي مذهباً القادري مشرباً النقشبندي طريقه : لما كان علم الرؤيا المنامية من العلوم الرفيعة المقام وكانت الانبياء يعدونها من الوحي اليهم في شرائع الاحكام: وقد ذهبت النبوة وبقيت المبشّرات ـ الرؤيا الصالحة يراها الرجل أو ترى له في المنام على حسب ما روي في الحديث عن سيد الانام :

أردت أن أجمع كتاباً في هذا الشأن وسميته تعطير الانام في تعبير المنام ٠ » وقد ذكر ابن النابلسي ـ بعد

أن عرّف نفسه الى القارىء ـ المراجع التي استقى كتابه منها : أو على تعبيره : « وقد جمعت كتابي هذا من كتب جليلة في علم التعبير لأئمة من الافاضل النحارير . » ثم يورد أسماء الكتب وأسماء مؤلفيها في قائمة طويلة ورد فيها ما يلي :

١ : كتاب الاستاذ الكبير نصر بن يعقوب بن ابراهيم الدينوري المعروف بالقادري .

٢ : كتاب الشيخ الامام محمد بن أبي بكر محمد بن ابراهيم المعروف بابن البركات المقري الذي سماه : الحكم والغايات في تعبير المنامات .

٣ : كتاب الشيخ أبي الحسين بن حسن بن ابراهيم الخليلي الداري الذي سماه المنتخب .

٤ : كتاب الشيخ الامام العالم العلامة جلال الدين عبدالله بن حازم بن سليمان المزني الشافعي الذي سماه : الاشارة في علم العبارة .

٥ : وكتاب الشيخ الامام العمدة شهاب الـدين أبي العباس أحمد بن الشـيخ جمال الدين المقدسـي الحنبلي الذي سماه : البدر المنير في علم التعبير •

٦ : وكتاب الشيخ الامام أبي طاهر برهان الدين ابراهيم بن يحيى بن غانم المقدسي الحنبلي الذي سماه: المُعْلَم على حسـاب حروف المعجم (من مختصره المذيل عليه الشيخ الامام العلامة محب الدين أبي حامد محمد المقدسـي الشافعي الذي سـماه : المحكم في اختصاص المُعْلَم) •

واختتم ابن النابلسي قائمة مصادره الطويلة بقوله: « وقد كان محمد بن سيرين امام الناس في هذا الفن • وكان ما يمسك عنه أكثر مما يفسره • وكان اذا وردت عليه مسألة رؤيا مكث فيها ملياً من نهار يسأل صاحبها عن نفسه وحاله وصناعته • » وذكر ابن النابلسـي ــ بعد هذه العبارات الشروط التي وضعها ابن سيرين في المعبر وزاد عليها بقوله « ويحتاج العابر الى اعتبار

القرآن وأمثاله ومعانيه ، والاحاديث كذلك ، واعتبار الاشعار والامثال ، واشتقاق اللغة ومعانيها • ويحتاج العابر الى صلاح حاله وشأنه وطعامه وشرابه واخلاصه في عمله • » ثم ذكر طبقات المفسرين ـ منقولة باختصار ـ عن كتاب الحسن بن الحسن الخلال المسمى : طبقات المعبرين : وهم على خمسة عشرة طبقة : الانبياء : الصحابة ، التابعون : الفقهاء : الزهاد : الفلاسفة : الاطباء •

وقد تحدّث ابن النابلسي عن منابع الاحلام حديثاً طريفاً وردت فيه العبارات التالية :

« وقد قال بإبطال الرؤيا قوم من الملحدين : يقولون ان النائم يرى في منامه ما يغلب عليه من الطبائع الاربعة : فان غلبت عليه السوداء : رأى الاحزان والسواد والاهوال والافزاع ، وان غلبت عليه الصفراء : رأى النار والمصابيح والدم والمعصفرات ، وان غلب عليه البلغم : رأى البياض والمياه والانهار

والامواج • وان غلب عليه الـدم : رأى الشـراب والرياحين والمعازف والمزامير • » ثم يعقب ابن النابلسي على ذلك الرأي بقوله « وهذا الذي قالوا نـوع من أنواع الرؤيا وليست منحصرة فيه • فإنا نعلم قطعاً ان من الرؤيا ما يكون من غالب الطبائع كما ذكرنا ، وان منها ما يكون من الشيطان ، ومنها ما يكـون من حديث النفس : وهذا أصح الانواع الثلاثة : وهي الاضغاث ـ انما سميت أضغاثاً لاختلاطهـا فشـبهت بأضغاث النبات: وهي الحزمة مما يأخذ الانسان من الارض فيهـا الصغير والكبير والاحمـر والاخضر واليابس والرطب • »

يستشهد ابن النابلسي في كتابه الممتع بطائفةكبيرة من الاحلام المختلفة ويدلي بدلوه في تفسير طبيعتها • وهذه طائفة منها سـقناها على سبيل التمثيل لا على سبيل الحصر :

رؤية الامير تدل على ما يميز الانسان ويسفه ويأتمر به • ويدل على زواج الاعزب حتى يصير في بيته كالامير ، وربما دلت على الحظوة فيما هو بصدده • ومن تأمّر في منامه خُشي عليه من السجن والضيق لان الامير يأتي يوم القيامة يداه مغلولتان الى عنقه فلا يفكهما إلاّ عدل أقاربه • ومن رأى السلطان ولاّه من أقاصي ثغور المسلمين نائبا عنه: فانه ينال عزاً وشرفاً وسمو ذكر • وان رآه ولاه عهده : فهو عزله • وكذلك لو رأى انه طلق امرأته : فانه يعزل • ومن رأى انه يؤذن مضطجعا : فان امرأته تتعقب الناس وتؤذيهم بلسانها • وان كان عازبا تزوج• ومن رأى كأنه أقام الصلاة على باب أو سرير : فانه يموت : والاسد في المنام : سلطان شديد • واللبوة: امرأة شريرة : واذا رأت المرأة التاج على رأسها : فانها تتزوج برجل رفيع الشأن ذي سلطان أو غني • وان كانت حاملا : ولدت غلاما • واذا رأى الرجل

التاج على رأسه : فانه يتزوج زوجة رفيعة القدر غنية موسرة ٠

ثم يذكر ابن النابلسي مجموعة من الاحلام الطريفة ٠ هذه طائفة منها :

روي أن أم جرير الشاعر رأت في المنام وهي حامل به كأنها ولدت حبلا من شعر أسود ، فلما سقط جعل يقع في عنق الرجل فيخنقه ٠ ثم يقع في عنق آخر فيخنقه ، حتى خنق رجالا كثرة ، فانتبهت مرعوبة ٠ فقصّت الرؤيا على أحد المعبِّرين فقال : تلدين غلاما شاعرا ذا شر وشدة وشكيمة وبلاء على الناس ، فلما وضعته سمته جريراً : باسم الحبل الذي رأته قد خرج منها ٠ والجرير في اللغة الحبل ٠ وروي ان المستنجد بالله ــ الخليفة العباسي ــ رأى في منامه (أثناء حياة والده المقتفي) كأن ملكاً نزل من السماء فكتب في كفه ست خاءات ٠ فلما استيقظ أحضر معبِّرا : فقص عليه ما رأى ٠ فقال المعبر : تلي الخلافة

في سنة خمس وخمسين وخمسمائة مضى منها خمسة أشهر وخمسة أيام .

وهذا تفسير طريف دون شك . ولا يقل طرافة منه — بنظرنا — ما رواه ابن النابلسي أيضا بقوله : روي أن ملكاً من الملوك كان له أولاد . وكان لهم فقيه من أهل الخير يعلمهم القرآن ويؤدبهم . فمات الفقيه ، فخرج أولاد الملك يوماً الى التربة بسبب الزيارة لقبر الفقيه . فجلسوا عند قبره . فتحدثوا بشيء من أمور الدنيا ، واجتاز لهم بائع تين ،فاشتروا منه وأكلوا وجعلوا يرمون قشور التين عند القبر . ثم رجعوا الى منزلهم وأخبروا والدهم بالامر . فرأى والدهم في المنام الفقيه يقول له : قل لاولادك أن يقطعوا زيارتي فانهم آذوني بقشور التين . فقص عليهم الرؤيا فتباكوا جميعا وقالوا سبحان الله : ما زال يؤدبنا في الدنيا والآخرة .

وقبل أن نختتم هذا الجانب من جوانب تفسير الاحلام نود أن نشير الى أن التراث يزخر بأمثلة طريفة من الاحلام تجري مجرى ما ذكره ابن سيرين وابن النابلسي عثرنا على بعضه في كتب أخر ونحن نتتبع هذا الموضوع الممتع . وهذه نماذج منتقاة منها :

روي أن فرعون رأى في منامه كأن نارا ظهرت من الشام ثم أقبلت حتى أتت مصر فلم تدع شيئاً إلا أحرقته. فاستيقظ فرعون فزعاً مرعوباً ، فجمع لها خلقا كثيرا وقصها عليهم . فقال بعضهم : لئن صدقت رؤياك ليخرجن رجل من الشام من دار يعقوب يكون هلاك مصر وأهلها وهلاكك على يده . وذكر الرواة انه كان ملك يسمى يوسف ، وكان في لحيته ثلاث شعرات بيض ، وكان له نائب يسمى يوسف أيضا بجهة من الجهات . فأخبر الملك ان النائب قد

شاب في لحيته ثلاث شعرات بيض كالملك • فنام الملك تلك الليلة فرأى النائب المذكـور في المنام قد حضـر وجلس بمرتبة الملك ، والملك واقف بين يديه ، فانتبه مرعوباً • ولم يقصص رؤياه على أحد ، واسـتدعى بالنائب المذكور ليأمر بقتله • فلما مثل بين يديه وآراد أن يأمر الجلاد بقتله استدعى بجليس له ذوق ومعرفة ويدعي علم التعبير • فعرّفه عما رآه وعما قصـده في النائب المذكور في تلك الساعة • فقال الجليس : حفظ الله مولانا من الاسواء وحاشاه من قتل نفس من غير جريمة • أما تعبير رؤياك فقد ظهر على صيغته : قال الملـك : كيف ذلك ؟ فقال : أما ما رآه الملـك من جلوس النائب المذكور على مرتبته الشريفة فهو جلوس الملك بعينه لأنه سميه ومشابهه في الشيب • وأما وقوف الملك بين يديه فهو وقوف النائب في هذه الحالة التي هو بها • فعفا الملك عن نائبه •

ويجري هذا المجرى ما ذكره الحسن بن قحطبه

انه استؤذن للقاضي شريك بن عبدالله على الخليفة المهدي ــ وأنا حاضر ــ فقال المهدي : عليَّ بالسيف. فأحضر . قال الحسن : فاستقبلتني رعدة . ودخل شريك وسلم ، فانتضى المهدي السيف وقال : لا سلم الله عليك ، يا فاسق . قال شريك : يا أمير المؤمنين ان للفاسق علامات يعرف بها فعلى أي ذلك وجدتني؟ قال المهدي : قتلني الله ان لم أقتلك . قال شريك: ولمَ ذلك يا أمير المؤمنين !! ودمي حرام عليك . قال: لاني رأيت في المنام كأني مقبل عليك أكلمك وأنت تكلمني من قفاك . فأرسلت الى المعبِّر فسألته عنها فقال : هذا رجل يطأ بساطك وهو يسير خلافك . فقال شريك : يا أمير المؤمنين ان رؤياك ليست رؤيا يوسف بن يعقوب عليهما السلام . وان دماء المسلمين لا تسفك بالاحلام ، فنكس المهدي رأسه وأشار اليه بيده أن أخرج . فانصرف .

وقيل أن أبا جعفر المنصور رأى في منامه كأنَّ

أسنانه سقطت من فمه • فلما أصبح قال لبعض خدامه: أئتني بمعبِّر • فلما أحضر له المعبر قص عليه ما رأى• فقال المعبر : أقاربك كلهم يموتون يا أمير المؤمنين • فقال المنصور : فضَّ الله فاك ولا أحسن رؤياك • قم واخرج قبحك الله • ثم قال : أئتوني بمعبِّر غير هذا • فأحضروا له معبرا غيره خبيراً بمخاطبة الملوك• فقص المنصور عليه الرؤيا • فقال : يا أمير المؤمنين: أنت تعيش عمرا طويلا ، وتكون آخر أهلك •فضحك المنصور • وقال المعنى واحد ولكن أنت أحسن عبارة من الاول • ثم انه أجازه •

— ٤ —

للاحلام منزلة خاصة في الشعر العربي وبخاصة لنمط معين منها ورد الشيء الكثير منه في شعر البحتري والشريف المرتضى • وقد آثرنا أن نستشهد ببعضه قبل الانتقال الى تفسير فرويد الاحلام •

قال البحتري :

أقامت على الهجــران ما ان تجوزه
وخالفها بالوصل طيف لها يســري

فكم في الدجى من فرحــة بلقائهــا
وكم ترحة بالبين منها لدى الفجــر

اذا الليــل أعطــانا من الوصل بلغة
ثنتنا تباشــير الصباح الى الهجــر

وقال أيضا :

واني وان ضَنَّتْ عليَّ بوصلهــا
لأرتاح منهــا للخيــال المــؤرِّق
فكم غلّة للشــوق أطفأت حرَّهــا
بطيفٍ متى يطرق دجى الليل يطرق
اضم عليه جفــن عيني تعلقــاً
به عنــد اجــلاء النعاس المرفــق

وقال أيضا ــ وهو كثير ــ :

سقى الغيث أجزاعاً عهـدت بجبوها

غـزالاً تراعيه الجـآذر أغيـدا

اذا ما الكرى اهـدى إليّ خيالـه

شـفى قربه التبريح أو نقع الصـدى

فلـم تر مِثْلينا ولا مثل شـأننا

نُعذَّب أيقاظاً وننعم هُجَّـدا

وقال الشريف المرتضى ــ وهو كثير أيضا ــ :

تصـدين عنا سـاهرات عيوننا

وما زرتنا إلاّ ونحـن نيـام

لقـاء بجنح الليـل طلق محـله

وفي الصبح محظور عليّ حرام

فخيرٌ من اليقظان من بات نائمـاً

وخير من الصبح المنير ظـلام

وقال أيضا :

وزارت وسـادي في المنام خريدة

أراها الكرى عيني ولست أراها

تمانع صبحاً أن أراهـا بناظري
وتبذل جنحاً أن أقبل فاهـا
ولما سـرت لم تخشَ وهنـاً ضلالة
ولا عرف العذال كيف سـراها
فمن ذا الذي من غير وعد أتى لها
ومن ذا على بعد المزار هـداها

ثانيا : تفسـير فرويـد للاحـلام

— ١ —

تقترن الفرويدية أو مذهب التحليل النفسي باسم الطبيب النمساوي فرويـد (١٨٥٦ ــ ١٩٣٦) الذي أكمل دراسته في فينا عام ١٨٨١ ومارس مهنة الطب في احد مستشفيات فينا بين عـامي ١٨٨٢ــ١٨٨٦ ثـم اشتغل بعيادته الخاصة منذ عام ١٨٨٧ الى أواسط عام ١٩٣٨ قبيل هجرته الى الولايات المتحـدة التي توفي فيها بعد ذلك ببضعة أشهر •

بدأ فرويد حياته المهنية في ميدان الطب بالتعاون مـع الطبيب برور (١٨٤٢ـ١٩٤٥) في الامـراض العصبية وبخاصة مرض الهستريا • وقد نشـرا معـاً كتاباً عنوانه « دراسات في الهستريا » سنة ١٨٩٥ • تم انفصل فرويد عن برور بعد ذلك وأرسى قواعـد مذهب التحليل النفسي : Psychoanalysis أو الفرويديـة Freudianism التي سيأتي الحديث عنها بعد قليل •

نشأ فرويد ـ بعبارة أخرى ـ في مدينة فينا التي كانت آنذاك عاصمـة الامبراطوريـة النمساوية ـ الهنكارية في فترة تدهورها قبل انهيارها في أعقـاب الحرب العالمية الاولى • ومارس مهنة الطب في مجـال الامراض العقلية والاضطرابات السلوكية (الجنسية) الشائعة بالدرجـة الاولى والاهم بين سيدات الفئـة المترفـة اللائي يتشكين من الحرمـان الجنسي بفعل

انصراف أزواجهن الى المغـريات الجنسية (وغـير الجنسية) الأخَر .

- ٢ -

لم تنشأ الفرويدية بشكلها المتبلور المتكامل دفعة واحدة في أواخر القرن الماضي ، بل مرت بسلسلة من التحولات والتعديلات التي طـرأت عليها في مجرى تاريخها الطويل بفعل النضج الفكري لفرويد نفســه وبفعل التعديلات الناجمة،عن نقـدته . كما انها لـم تنشأ حركة سايكولوجية واسعة الانتشار منذ البداية بل اتسع نطاقها وكثر عـددِ المنضوين تحت لوائهـا من المعنيين بعلـم النفس الجنسـي Sexual Psychology منذ بداية هذا القرن.ثم انفصل عنها فريق من أبرز المساهمين في بلورتها لاختلافهم مع فرويد في أهمية الغريزة الجنسية في الحياة وفي تفسير طبيعة اللاشعور ، وفي مقدمتهم ادلر (١٨٧٠ـ١٩٣٧)

ويونك (١٨٧٥ـ١٩٦١) وذلك قبيل بداية الحرب العالمية الاولى • وبدأت بين الجانبين مساجلات طريفة ومهمة استغرقت سنين طويلة • ثم نشأت الفرويدية الجديدة قبيل وفاة فرويد ببضع سنوات :

Neo-Freuianism ومن أبرز أنصارها هورني (١٨٨٥ـ١٩٥٢) وفروم (١٩٠٠ـ١٩٨٠) وسلفان (١٨٩٢ـ١٩٤٩) الذين أخذوا على فرويد ـ كل بطريقته الخاصة ـ مبالغته في تجسيد أهمية العامل الجنسي في السلوك واهماله أثر المجتمع في تعديل السلوك •

ومع ذلك فقد انتشرت الفرويدية انتشاراً مذهلا في الولايات المتحدة بصورة خاصة وفي دول اوربا الغربية والدول النامية بحكم ارتباطاتها الثقافيةبالغرب لعوامل تاريخية معروفة • وبسبب اطارها النظري أيضا بجهود فرويد وحده فتجاوز علم النفس الى الفلسفة والعلوم الاجتماعية والاقتصاد والسياسة

والأدب والفن والطب وفي تفسير التاريخ وسير الحضارة الانسانية • وهذا يتضح كثيرا في هذا السيل المنهمر من الكتب والمجلات والافلام التي تعرض جوانب كثيرة من حياة الناس اليومية المعتادة وتفسيرها تفسيرا مستمدا في الاصل من آراء فرويد التي سيأتي شرحها بعد قليل(٣) •

– ٣ –

يمر الانسان – بنظر فرويد – بين المهد واللحد من ناحية نضجه الجنسي الذي هو أساس حياته وسلوكه باربع مراحل متعاقبة يكون أثناء كل منها أحد أجزاء الجسم التي سيأتي ذكرها « منطقة الاحساس الجنسي الاساسية » The Primary erogenous Zone

وتفصل بين المراحل الثلاث الاولى (التي يستمد الطفل فيها اللذة الجنسية عن غير طريق الجماع ويسميها فرويد : Pre-genital stages

وبين المرحلة الاخيرة (مرحلة النضج الجنسي : genital stage) فترة كمون latency

كما سنرى بعد قليل • والمراحل الثلاث الاولى تستمر بنظر فرويد طوال السنوات الخمس الاولى من حياة الطفل ولها الاثر الاول والاهم في تكوين شخصيته في المستقبل • أما المرحلة الرابعة والاخيرة فتبدأ منذ بلوغ الطفل السنة الثانية عشرة من عمره وتستمر حتى الوفاة • وأما فترة الكمون فتقع بين السنة السادسة والسنة الحادية عشرة من العمر •

والمراحل الاربع المشار اليها هي حسب تسلسلها:

أولا : المرحلة الشفوية : The Oral Stage

التي تستغرق السنة الاولى بعد الميلاد حيث يكون الفم مصدر الاستمتاع الجنسي عند الرضيع ، فيجد لذة جنسية في امتصاص الثدي وفي عملية البلع أو الضغط بلثته أولا ثم بأسنانه على ثدي الام •

ثانيا : المرحلة الشرجية :	the oral stage

التي تستغرق السنتين الثانية والثالثة من عمر الطفل حيث يكون الشرج مصدر اللذة الجنسية عند الطفل، فيجد متعة جنسية من عملية التغوط سواء أكان ذلك عن طريق طرح البراز أو الضغط عليه لمنع خروجه ، فيشعر بلذة جنسية من عملية تقلص عضلات الشرج .

ثالثا : الشعور بلذة جنسية من عضو التناسل (دون استخدامه في عملية الجماع لعدم نضجه) : the phallic stage وتنتهي بنهاية السنة الخامسة من عمر الطفل . ويبدأ أثناءها اهتمام الاطفال باعضائهم التناسلية ويستمدون لذة جنسية من هذا الاهتمام . ولهذه المرحلة بالذات أهمية كبيرة جدا ـ من وجهة نظر فرويد ـ في تكوين شخصية الطفل عند النضج لان هذه المرحلة هي عند فرويد أساس تكوين العقد النفسية (الجنسية المحتوى) لا سيما عقدة اوديب عند الذكور ، وعقدة الكترا عند الاناث

كما سنرى بعد قليل • وفي هذه المرحلة يشتد التصاق الطفل الذكر بامه (لتحقيق أغراض جنسية خفية) ، كما يشتد التصاق البنت بأبيها (لتحقق الغرض نفسه)، أي ان الطفل ــ الذكر والانثى ــ يجد لذة جنسية من التصاقه بأحد والديه وبخاصة الطفل الذكر الذي يتوق جنسياً ــ بنظر فرويد ــ نحو التعلق بوالدته والاستئثار بها دون والده (الذي يزاحمه عليها ويستأثر بها بالفعل لانه أقوى من الطفل) ، ويحصل شيء مشابه في حالة البنت بالنسبة لوالدها •

ثم تلي هذه المرحلة الصاخبة فترة ركود من الناحية الجنسية تنتهي في بداية مرحلة المراهقة وهي بداية المرحلة الرابعة •

رابعاً : مرحلة الاتصال الجنسي genital stage

المألوف بين الذكر والانثى ــ عن طريق الزواج أو السفاح بما فيه التعبير الجنسي المنحرف ، بمعنى ان اللذة الجنسية في هذه المرحلة

لا تحصـــل إلاّ عن طريق عضو التناســـل كما يقول فرويـــد •

— ٤ —

ذلك هو الجانب الاول من جوانب الفرويديـــة الثلاثة بنظرنا • أما الجانب الثاني ــ المرتبط أوثـــق الارتباط بالجانب الاول والناجم في الاصل عنـــه ــ فهو ان حياة الانسان العقلية (منذ الطفولة المبكرة) وجميع مظاهر سلوكه تتألف ــ بعد التحليل الدقيق ــ من اللاشعور consciousness (وهو السلوك الظاهر الجلي) ومن اللاشعور unconsciousness (الذي هو مخزون الغرائز الجنسية المحتوى بالدرجة الاولى والاهـــم والعدوانية والمشـــاعر المكبوتة) • واللاشعور هذا هو أساس السلوك لانه ينطوي على الدوافع « البايولوجية » الاساسية والغرائز الجنسية والعـــدوانية والمشـــاعر والانفعـــالات المرتبطـــة بها والناجمة عنها •

وبما أن مخزونات اللاشعور تتنافر مع تقاليد المجتمع وهي موضع استهجان الناس وعقابهم اذا ما عبّرت عن نفسها بشكل صريح ولهذا فانها تبقى خامدة مخفية ومكدسة في اللاشعور وليس بمقدورها التعبير عن نفسها لوجود « الرقيب » Cousor الذي يفصل بينها وبين الشعور الملتصق بالحياة اليومية المعتادة • ولكنها ـ مع ذلك ـ تضطر بين حين وآخر ان تجتاز الرقيب (أثناء الغفلة) وتعبّر عن نفسها بشكل رمزي تنكري على هيئة أحلام ـ كما سنرى بعد قليل ـ وعن طريق فلتات اللسان والقلم والنكات ، وفي هذا كله تستخدم لغة الرموز (الجنسية المحتوى) التي لا يفهمها على حقيقتها إلاّ المحلل النفسي على الطريقة الفرويدية المعروفة : لكونه يمتلك « مفاتيح » حل تلك الرموز أو الالغاز •

أما الوجه الثالث من أوجه الفرويدية فهو مستمد أيضا من الوجهين المشار اليهما ومرتبط بهما أوثق ارتباط ويتلخص جوهره في مجموعة ظواهر سايكولوجية خاصة معروفة لدى الفرويديين ومعبّر عنها بمصطلحات معينة تصف انماط السلوك ومظاهر حياة الفرد اليومية المعتادة . وفي مقدمة تلك الظواهر السايكولوجية الفرويدية ـ وهي كثيرة ـ ما يلي : النرجسية . السادية . اللبيدو . الاعلاء أو التسامي . المساجسية . عقدة اوديب . عقدة الكترا .

١ : فالنرجسية الجنسية Sexual Narcism

ظاهرة سايكولوجية (فرويدية) منحرفة تعبّر عن نفسها أحياناً بالشذوذالجنسي Homosexuality وذلك بفعل انحراف اللبيدو (الطاقة الحيوية التي سنذكرها بعد قليل) عن الاتجاه الصحيح (في

الاصل التكويني البايولوجي) منذ مرحلة الطفولـة الاولى حيث يجنح الطفل الذكر نحو امه (جنسياً) باعتبارها المصدر الاساسي للحب فيعوّض عن ذلك بحبه حباً جنسياً (منحرفا بالطبع) • ومن هذه الزاوية فان « الشخصية النرجسية » ـ بنظر فرويد ـ وبخاصة في مجال العنف تعبّر عن نفسها وتستمد لذة جنسية أثناء محاولتها جلب انتباه الآخرين نحوها واكتساب تمجيدهم واعجابهم بمنجزاتها : وتفعل ذلك بمبالغة وتطرف في الاشادة بمنجزاتها وقدراتها •

٢ : والسادية (الجنسية) (Sexual) Sadism

اشتق فرويد اسمها من اسم شخص سيىء الصيت يسمى : الماركيز دي ساد (١٧٤٠ـ١٨١٤) الذي اشتهر بفضاضته المتطرفة وبشعوره باللذة (الجنسية الاصل بنظر فرويد) من ايقاعه الاذى والألم بالآخرين عن طريق تعذيبهم جسديا أو سايكولوجيا • وهذا السلوك السادي بنظر فرويد هو في الاصل منبع لذة

جنسية عند بعض المصابين به • وهذا المرض السايكولوجي يقابله من الجهة المعاكسة الانحراف الذي يسميه فرويد المساجسية (الجنسية) Sexual Masachism كما سنرى بعد قليل •

اللبيدو (الطاقة الحيوية) : Libido

يستخدم فرويد هذا المصطلح للتعبير عمّا يسميه « الطاقة الحيوية » Nita Energy الكامنة فطريا ــ بنظره ــ لدى الفرد (وهي جنسية المحتوى) : معنى هذا ان اللبيدو تعبير عن الدوافع الفطرية (الجنسية البايولوجية) الغريزية ذات الطاقة الحيوية الدافعة للسلوك بهذا الاتجاه أو ذاك في هذه اللحظة أو تلك •

٣ : الاعلاء : التسامي (الجنسي)

(Sexual) Sublimation بمعنى توجيه الدوافع الجنسية (المكبوتة في الاصل لتعارضها مع تقاليد المجتمع) باتجاه آخر يختلف عن اتجاهها الطبيعي (تحقيق اللذة

الجنسية بممارسة العمل الجنسي نفسه بأشكاله المتعددة التي أشرنا اليها) ويتخطاه الى ما هو أرقى من حيث أهميته في حياة الفرد نفسه وفي حياة المجتمع والحضارة الانسانية • والاعلاء أو التسامي بنظر فرويد هو أساس الابداع في الفن والعلم وفي جميع مظاهر الحضارة والثقافة • والشخص المبدع يجد (من وجهة نظر فرويد) لذة جنسية (متسامية :رفيعة: مترفة) أثناء انغماره في عمله الفني أو العلمي وفي جوانب الحياة الأخر • ولولا التسامي لما تقدم المجتمع بنظر فرويد عن حالته الاولى البدائية في الماضي السحيق •

٤ : المساجسية (الجنسية) (Sexual) Masochism

اشتق فرويد هذا الاسم من اسم شخصية نمساوية معروفة بكتابات الروايات هي شخصية : ليوبولد ساجر ماسوج (١٨٢٥ــ١٨٩٥) الذي كان يجد متعة سايكولوجية (جنسية المحتوى كما يقول فرويد) من

ايقاع الألم الجسـدي أو السايكولوجي على نفسه من ناحيته هو أو من ناحية الآخرين • معنى هذا ان الماجسية (شأنها شأن النرجسية) تنطوي فيجوهرها السايكولوجي ـ الفرويدي ـ على معاناة أو تحمل ألم يحصل بفعل الشعور المرافق له أو الناجـم عنه بلذة جنسية • غير أن الماجسية هذه تختلف عـن النرجسية في كيفية تعبيرها عن نفسها لكونها ـ بعكس السادية ـ تؤدي الى الشعور باللذة الجنسـية عن طريق قيام الشخص ذاته بايـذاء نفسه جسـدياً أو سايكولوجيا بدلا من ايذاء الآخرين •

٥ : عقدة اوديب : Oedipus Complex

تنشأ لدى الطفل الذكر بنظر فرويد منذ بدايـة السنة الثانية من عمره (وتقابلهـا لدى البنت عقدة الكترا : Electra) • وهي تعبّر عن نفسها على هيئة نزعة فطرية غريزية مكبوتة تجعـل الطفل الذكر يميل نحو أمه ميلا جنسياً ويسعى الى الالتصاق

بها • ولكنه ــ في الوقت نفسه ــ يشعر أن أباه مستأثر بوالدته (جنسياً) وهو الأقوى في الاسرة : فيهابه من جهة ويحنق عليه من جهة أخرى • ويصبح في حالة صراع سايكولوجي مكبوت وعنيف : فأبوه يرعاه ويحنيه ويلبي طلباته ويداعبه ولكنه في الوقت نفسه حرمه من التمتع (الجنسي) بأمه • وهذا كله يؤدي بنظر فرويد الى نشوء عقدة أوديب (التي اشتق اسمها من أسطورة يونانية قديمة مفادها أن اوديب ابن أحد ملوك اليونان الاقدمين قتل أباه واستأثر بأمه بعده وتزوجها بعد أن بلغت عنده عقدة اوديب أعلى درجات عنفها) • وعقدة اوديب التي يبدأ أوارها بالتأجج بين السنتين الرابعة والخامسة من عمر الطفل هي بنظر فرويد أساس الانحرافات الجنسية والسلوكية عند النضج وذلك لان ما يسميه فرويد :

الرغبات الاوديبية : Oedipus Wishes

تبقى كامنة في اللاشعور ولكنها جامحة : عنيفة •

ومن هذه الزاوية فهي أساس متين من أسس تكوين الشخصية وقد تؤدي في كثير من الاحيان الى الشذوذ الجنسي (بما في ذلك الاتصال جنسياً بالمحارم incestuous كالامهات والبنات والاخوات) والى السلوك العدواني والطيش •

ولا بد من التنبيه الى أن فرويد بدأ أيضا باستخدام مصطلحات خاصة تعبّر برأيه عن العناصر الثلاثة التي تتكون منها شخصية الفرد : وهي ــ حسب الترجمة العربية الشائعة وغير المقبولة لغوياً بنظرنا ــ : « الأنا » Ego و « الهي » Id والذات العليا Super ego وترد أسماؤها على وظائفها السايكولوجية : « الأنا » : الشعور ، و « الهي » اللاشعور • والذات العليا (الذات المتسامية بتعبير فرويد الاقدم والاكثر انتشاراً) : وهي أساس تقدم الحضارة لان المشاعر والغرائز المكبوتة في « الهي » الجنسية المحتوى في الاصل تعبّر عن نفسها في مجالات

جديدة تؤدي الى تقدم الحضارة في مجال العلم والفن وفي المجالات الأخرَ • غير ان الذات العليا لا تقضي على مخزونات الهي أو اللاشعور بالتعبير الاكثر شيوعاً بل تكبتها بضغط عنيف يجعلها أقوى تحفزاً وتتحين الفرص للظهور بهيئات منحرفة متعددة تصبح أساس تكوين الشخصية •

- ٦ -

بدأ اهتمام فرويد بدراسة الاحلام منذ عام ١٨٩٥ عندما أخذ يحلل أحلامه الخاصة وأحلام الكثيرين (والكثيرات) من مرضاه • ونشر ذلك بعد تبلوره في كتابه الذي ترجمة عنوانه « تفسير الاحلام » The Interpretation of Dreams عام ١٩٠٠ :

والاحلام بنظر فرويد ــ في ضوء معطياته النظرية التي ذكرناها ــ تكشف عن العمليات العقلية اللاشعورية: أو هي بتعبيره « مفاتيح » أو « الطريق المؤدي » الى

اللاشعور • وهذا يستلزم قيام المحلل النفسي بتحليل الحلم الى عناصره الاولية وحل رموزه المستعصية •

للحلم ــ بنظر فرويد ــ خصائص أربع مترابطة متداخلة ومتبادلة الاثر هي :

« التركيز » أو « التكثيف » Condensation

بمعنى : ان محتويات الحلم تكون موجزة (مختصرة): كثيفة : مركزة تعبّر عن حوادث وحالات متراميــة الابعــاد في الزمــان والمكان • و« الاستبدال » : displacement : بمعنى حلول بعض الاشياء أو الحالات محل بعض آخــر بعيد عنها في الزمــان والمكان ومن ناحية الخصائص • وهذا أمــر غامض بالنسبة لصاحب الحلم ولغير المختص بمذهب التحليل النفسي بنظر فرويــد • و « الرمزيــة » : بمعنى ان محتويات الحلم لا تعبّر عن نفســها بشكل صريــح ، ومكشوف بل بشكل رمزي مقنــع لكونها جنســية المحتوى في الاصل ولتجوز على الرقيب في هذه الحالة

وإلا" فانه يبعدها عن التعبير عن نفسها لكونها تتنافى مع تقاليد المجتمع كما بينا . والتعديل أو التنقيح (الاضافي) « الثانوي » secondary revision بمعنى غير الموجود في الاصل ـ أي الذي يضيفه لا شعوريا الحالم الى محتويات حلمه وذلك بتحريف الحلم أو دس (اقحام) عناصر غير موجودة فيه : interpolation

وللاحلام ـ بنظر فرويد ـ وظيفة تعويضية تخفف من صعوبات الحياة اليومية المعتادة الصعبة الاحتمال . وهذا يعني بعبارة أخرى ان اللاشعور . ـ بمخزوناته المكدس بعضها على بعض منذ الطفولة الاولى ، الجنسية المحتوى في الاصل ـ ، بالمشاعر الجامحة المرافقة ، يتوق دائما ويسعى (وهو مشحون عاطفياً بأنماط كثيرة من الصراع الذي لا يمكن حله في مجرى الحياة اليومية المعتادة) الى التعبير عن نفسه عن طريق الاحلام التي يجد فيها المناخ المريح

سايكولوجيا . وهذا كله يظهر بجلاء في الخصـــائص الاربعة (الدوافع) التي يكشف عنها عالم التحليـــل النفســي عند تفسيره الحــلم : (الفاءات الاربع) ـ بالتعبير المجــازي عند فرويــد ـ التي تبدأ بها المصطلحــات التي تعبّر باللغــة الانكليزية عن تلك الدوافـــع :(بين الواقع المــر ومخـــزونات اللاشعور)

الصراع Flight : الهروب من الواقع

المــر و Feeding : الاشباع (العاطفي)

و Fornication : الفســـق : الفجـــور :

الزنى : حتى في المحارم . ومن هذه الزاوية فان الحلم من وجهة نظرهم « حلاّل المشاكل » وعامل الاستقرار السايكولوجي و « صمام الامان » وأداة « الهروب » من الواقع القاسي : مؤقتاً وانفعالياً .

- ٧ -

بدأ فرويد كما ذكرنا حياته المهنية طبيباً يعالج المصابين باضطرابات عصبية (ناجمة بنظره عن عقد نفسية جنسية المحتوى في الاصل) وذلك بأسلوب « التحليل النفسي » المبني على مبدأ «تداعي الافكار» الشائع في علم النفس منذ أواخر القرن الماضي. وجرياً على ذلك : كان فرويد يسمح للمريض (الذكر والانثى) الذي يجلس على كرسي وثير ومريح في عيادة فرويد الطبية المريحة الهادئة ويسترسل في التحدث عن نفسه وعن كل شيء يخطر بباله ويبوح بجميع خفاياه السايكولوجية بحرية تامة ، وفرويد منصت له بكل جوارحه ولا يقاطعه أبداً إلاّ حين يتلكأ أو يتوقف أو يتردد (يتعثر) . وذلك لان أماكن التردد هذه هي بنظر فرويد « مفاتيح » اللاشعور ، وهي الغاية التي يسعى اليها فرويد من جميع هذه الاجراءات : وهذا

يعني ان التلكؤ يشير الى مقاومة الشعور للحيلولة دون تسرب محتويات اللاشعور المستهجنة والسخيفة أيضاً الى عالم الواقع • وهذا الاسلوب هو الذي يوصل فرويد الى الكشف عن النزعات الجنسية المكبوتة •

ويحصل شيء مشابه لما ذكرناه في الاحلام بنظر فرويد • فالاحلام ــ عنده ــ نزعات جنسية مكبوتة تتخذ الرموز واجهة لها للتسرب (متنكرة : مقنّعة) الى الشعور تفادياً للاصطدام بتقاليد المجتمع • أي ان الاحلام اجراءات سايكولوجية متنكرة تعبّر عن ميول جنسية لا شعورية مكبوتة تعود جذورها الى « عقدة اوديب » التي مر بنا ذكرها • ومن هذا المنطلق سمى فرويد نظريته في تفسير طبيعة الاحلام « النظرية الجنسية » The Sex Theory of Dreams

وفرويد ــ في تفسيره الجنسي للاحلام ــ يستند الى جملة افتراضات مر بنا ذكرها : فحواها : ان الاحلام تعبير عن رغبات غير محققة في الحياة الواقعية (مكبوتة)

thowart: unrealized وان مصـــدرها

الاساسي هو الدوافع أو المشاعر الجنسية المكبوتة منذ عهد الطفولة المبكرة بفعل تزمت المجتمع في موقفه ازاء تعبيرها عن نفسها بشكل صريح • والاحلام عنده ذات طبيعة رمزية symbolic : استعارية : مجازية allegoric وان مبدأ الرمزية هذا ــ في تفسير طبيعة الاحلام ــ هو بنظر فرويد قانون عام شــامل يستبعد حدوث حلم غير جنسي المحتوى بعد التحليل الدقيق أو حــلم تافه أو سخيف (غــير معقول) : شريطة أن يحلله المتخصص بالتحليل النفســي الدي يفهم « لغة » الحلم (لغة اللاشعور) : وهي رطانــة بالنسبة لغير المتخصصين بالتحليل النفسي •

ولا بد من التنبيه هنا الى أن « رمزية » محتويات الاحلام ابتدعها فرويد نفسه وافترض صحتهــا دون أن يبرهن على ذلك : واعتبرها مسلّماً بها ، دون وجه حق ، ودون حجج تعززها • يضاف الى ذلك ان فرويد

ينتقي من الظواهر التي ترد في الحلم الظواهر التي تلائمه وتنسجم مع منهجه العام ويتشبث بها بشكل متكلس لا يقبل عنده الشك أو الجدل : وهذا واضح في كون فرويد يعتبر كل ما يراه النائم في الحلم « رمزاً » عن الحياة الجنسية • فاذا رأى أحدهم في الحلم مثلا « عصاً » فان فرويد يفسّرها على انها رمز عن العضو التناسلي عند الذكر • واذا رأى « غرفة » فسّرها على انها ترمز الى العضو الجنسي عند المرأة وما يجري هذا المجرى وهو كثير جداً في الحياة اليومية المعتادة مما ليس له ارتباط مباشر أو غير مباشر بالحياة الجنسية بصورة عامة وبأعضاء التذكير أو التأنيث بصورة خاصة • ومن الجهة الثانية : فان فرويد يفترض الشعور بلذة جنسية مثلا عندما يضع المرء يده في جيبه : لان اليد تشير الى عضو التذكير والجيب الى عضو التأنيث ، وان هذه الحالة بنظره هي على نسق عملية الجماع الجنسي ولكنها « رمزاً »

عنها • ويصدق الشيء على عملية التدخين وما يجري مجراها وهو كثير • (وعلى عملية امتصاص الرضيع ثدي أمه كما ذكرنا) •

لا شك في أن أهمية الناحيــة الجنسية في حيــاة الانسان (منذ عهد المراهقة) قضية لا ينكرها أحــد ولا يتنازع فيها اثنان أو « يتنازع فيها كبشــان » بالتعبير الأدبي الطريف • ولكن التزمت في جعل هذه الناحية الاساس الوحيد الذي تستمد منه حياة الانسان (الهائلة التنوع والتعدد) والتعسف أو التنطــع في تفسير ذلك في مجرى واحد متحجر وافتراض وجوده منذ مراحل الطفولة الاولى ــ بالشكل الذي ألمحنا اليه ــ وجعله أيضا أساس عملية النمو عند الانسان بين المهد واللحد ، وأيضا أساس تفسير التاريخ ونشوء الحضارة والعلم والفن وما يجري هذا المجرى: نقول ان ذلك كله أمــر يتعذر التســليم بصحته وليس له بنظرنا ما يســد عنــه من الناحية الســايكولوجية

والتاريخيـــة على حد ســـواء • فالمشـــاعر الجنسية (المكبوتة والصريحة) هي دون شك مشاعر مفعمـــة بالحيوية والزهو • غير انها جزء (يسير جدا : بنظرنا) من مشاعر ثرة تنتظم جميع مظاهر الحياة الشـــعورية واللاشعورية التي تعبّر عن نفســـها في الواقـــع وفي الاحلام على حد سواء • ومن هذه الزاوية فان محتوى الاحلام يعبّر ــ دون شك ــ عن الحياة الجنســـية وعن الجوانب الأخَر غير الجنسية • كمـــا أن تعبـــير الاحلام عن النزعات الجنسية لا يشترط دائماً وأبداً أن تأخذ شكلا رمزياً (فرويديا) متعسفاً كما لاحظنا • فهناك أحلام (تتعذر الاحاطة بها) لا تمت الى الناحية الجنسية من قريب أو بعيد : مشتقة في الاصل ــ كما رأينا ــ من منابع كثيرة التنوع والمقدار ، من جوانب الحياة اليومية المألوفة التي لا تقع تحت حصر •

وعندي أن الذي ذكرته (وهو مألوف وواضح) لم يكن خافياً على فرويد ــ العالم السايكولوجي الفذ ــ • فهل

لطبيعة الحياة في فينا عندما كانت حاضرة الامبراطورية النمساوية ــ الهنكارية أثر في ذلك ــ بطريقة لا شعورية ــ ؟ وهل لانماط المرضى ــ من السيدات بصورة خاصة ــ الذين عالجهم فرويد أثر آخر في ذلك ؟ وهل للعلاقات الجنسية المتردية بين والده الكبير السن والضعيف البنية وبين والدته الشابة الجميلة أثر ثالث ؟

تلك استفسارات تستلزم دراسة ميدانية لم يقم بها أحد لحد الآن ــ على ما نعلم ــ •

من المعلوم ان العلم يتطلب ان ينطلق الباحث من الحقائق (الموضوعية المسلم بصحتها) للتوصل الى استنباطات (آراء : نظريات) موضوعية مستمدة منها • لكن فرويد ــ كما رأينا وكما هو معروف ــ سلك طريقاً آخر في تفسير الاحلام (وفي منطلقاته النظرية العامة) : فقد اتبع مبدأ خاصاً به ابتدعه هو نفسه وسلّم بصحته دون أن يبرهن على ذلك ،

واعتبره صالحا في كل زمان ومكـــان • وانتقى ما لا يتعارض معه من حالات سايكولوجية شاذة : نادرة : اعتبرها أيضا حقائق مسلـّما بصحتها • ولا ندري كيف جاز تفسير « القلم » أو « العصا » مثلا في الحـــلم على انها « ترمز » لعضو التناسل عند الذكـــر دائما وأبدا ؟ وتفسير « الغرفة » أو « الحفرة » على انها « ترمز » الى عضـــو التأنيث التناسلي ؟ أو ان ميـــل الرضيع نحو والدته وتلذذه بامتصاص الحليب مـــن ثديها بأنه نابع في الاصل من ميول جنسية فطرية وانه يؤدي الى حدوث متعة أو لذة جنسية ؟ ويبـــدو أن محاولة تلمس وجود رابطة (غير موجودة بالفعل) بين تلك الظواهر المتباعدة قد الجأ فرويـــد الى افتراض « لغة الرموز » في الاحلام : وهي لغة رطانة لا يفهمها إلا ّ هو حسب افتراضه • ومن الجهة الثانية : فاننا نجد كثيرا من الاحلام الجنسية المحتوى تعبـّـــر عن نفسها بشكل صريح غير مقنـّع أو متنكر أو «رمزي» •

والخلاصة : يكمن موطن الضعف في نظرية فرويد في تفسير طبيعة الاحلام في افتراضاته السايكولوجية النظرية التي لخصناها في بداية هذا الجانب من جوانب البحث •

ثالثا : تفسير بافلوف طبيعة النوم والاحلام
نظرية او علم المنعكسات الشرطية

– ١ –

صرف بافلوف (١٨٤٩–١٩٣٦) الطبيب الروسي (قبل ثورة اكتوبر ١٩١٧) والسوفيتي بعد ذلك أكثر من (٦٥) عاما بعد اكماله دراسته الجامعية سنة ١٨٧٥ حتى وفاته عام ١٩٣٦ • وقد خصص السنوات الخمسة عشرة الاولى من حياته العلمية للبحث المختبري والنظري في موضوع « التنظيم العصبي للدورة الدموية » : أي دور الجهاز العصبي المركزي في تنظيم

عملية دوران الدم • وكرس السنوات الخمسة عشرة الثانية للبحث النظري والمختبري في موضوع «التنظيم العصبي لعملية الهضم » : أي دور الجهاز العصبي المركزي في تنظيم عملية الهضم • وبالنظر للآراء العلمية الصائبة والرائدة الاصيلة في هذا الباب فقد نال بافلوب جائزة نوبل في الفسلجة عام ١٩٠٤ • وصرف السنين الخمس والثلاثين من حياته العلمية لدراسة « النشاط العصبي الاعلى » : الحياة العقلية (بالتعبير الفلسفي) عند الانسان والحيوانات الراقية القريبة منه في سلم التطور البايولوجي (الكلاب والقردة) • وقد هيأت له هذه الدراسة الغنية الفرصة العلمية المؤاتية والفريدة للكشف عن دور الدماغ بالذات في نشوء وتطور العمليات العقلية عند الانسان (التفكير : التذكر : الخيال : الانتباه) من جهة واماطة اللثام عن قوانين عمل الدماغ في حالتي الصحة والمرض وأثناء اليقظة والنوم والاحلام •

لقد اتخذ بافلوف ـ في جميع أبحاثه ـ نقطة انطلاقه النظرية من المبدأ الذي سماه : Nervism الذي يعتبر الجهاز العصبي المركزي أداة فسلجية متماسكة ديناميكية من الناحيتين التشريحية والفسلجية من جهة ويعتبر الجسم الحي ـ الذي يمتلكه ـ هو الآخر ـ بما فيه الجهاز العصبي المركزي كياناً واحدا متماسكاً من جهة ثانية ويعتبر الجسم الحي المشار اليه بارتباطاته المباشرة وغير المباشرة بالبيئة المعاشية كياناً واحداً متماسكاً ديناميكياً أيضا • والانسان من هذه الزاوية كائن حي (بايولوجي واجتماعي معا) متماسك متكامل البناء الداخلي ومن ناحية علاقاته بالبيئة الطبيعية والاجتماعية • وأداة تماسكه هذه في الحالتين الداخلية والخارجية هي الجهاز العصبي المركزي •

وقد توصل في ضوء دراساته الميدانية والمختبرية (بأسلوب المنعكسات الشرطية) وفي ضوء نظرية أو

علم المنعكسات الشرطية[٤] الى آرائه في عمليتي الإثارة والكف المختين وفي انماط الجهاز العصبي المركزي وفي المنظومتين الاشاريتين الحسية واللغوية وفي تفسير طبيعة النوم والاحلام[٤] ٠

يقترن باسم بافلوف كما ذكرنا علم المنعكسات الشرطية وأسلوب دراسة « النشاط العصبي الاعلى » (النشاط العقلي : وظائف الدماغ) بطريقة المنعكسات الشرطية ٠ وقد برهن بافلوف منذ بداية هذا القرن على ان الدماغ هو عضو العمليات العقلية وكشف أيضا عن قوانين عمل الدماغ وخصائصه العامة أثناء اليقظة والنوم والاحلام وعن العلاقة بين المنظومتين الاشاريتين اللغوية والحسية أثناء اليقظة والنوم وعن دور المنظومة الاشارية الحسية في نشوء الاحلام وفي خصائصها النساجية وعن طبيعة العلامات Signs والادوات instruments: tools

ــ المادية والسايكولوجية : اللغة والرموز ، واثرها

في تقدم الحضارة وفي نشوء العمليات العقليــة عند الفرد ودورها في الاحلام • ومن هذه الزاوية فان ما يسميه بافلوف « الرمــوز السايكولوجية » (التي تظهر في الاحلام وفي مجرى الحياة اليومية المعتــادة أثناء اليقظة) تختلف عنده في طبيعتها وفي وظيفتهــا اختلافاً جذرياً نوعياً وحاســما عما هي عند فرويــد بالشكل الذي تحدثنا عنه • فالادوات السايكولوجية بنظر بافلوف هي « وسائل » اجتماعية ــ تاريخيــة ثقافية نشأت في مجرى حيــاة الانسان عبر تاريخــه الطويل •

— ٢ —

تنتشر عملية الكف عند بداية النوم أول ما تنتشر ــ كما يقول بافلوف ــ في القسم الامامي الاعلى من المخ (الذي هو القسم الاعلى من الدماغ) المسؤول عن عملية التفكير المجرد والذي تقع فيه أيضا المراكز

المخية اللغوية: وتتألف منها بنظره : المنظومة الاشارية الثانية : the second signalling system التي هي مستقر الافكار المجردة والمدركات العقليـة concepts التي يحتفظ بها المخ على هيئة رموز ومعادلات رياضية وما يجري مجراها . ولا تظهـر في الاحلام إلا نادراً لكون عملية الكف المخية تعتري هذه الاقسام من المخ في بداية نشوئها (نشوء النوم: الذي هو بنظره عملية كف انتشرت في جميع أرجاء الجسم) باستثناء « نقاط الحراسة » التي مرت الاشارة اليها في الفصل السابق. ثم تنتشر عملية الكف بعد ذلك وعلى أساسه في جميع أرجاء المـخ وفي الاقسام الدماغيـة الواقعة تحته subcortex وفي أرجاء الجسم الاخرى . وهذه الاقسام الدماغية هي المسؤولة عن الاحلام . وهذا هو الذي يفسر لنا انتفاء وجود افكار مجردة وكلمات في الحلم من جهة وظهور محتويـات الحلم على هيئة صور حسية بصرية زاهية متناقضـة

ومتعارضة غريبة عن المألوف (ومقبولة أثناء الحلم) وذلك لفقدان الجانب المخي المسؤول عن النقد والتمحيص لكون عملية الكف اجتاحته كما ذكرنا .

لقد برهن بافلوف مختبريا ومن الناحية النظرية على أن عمليتي الاثارة والكف المخيتين يصبغان جميع وجوه حياتنا العامة أثناء اليقظة .وان تفاعلهما المستمر وارتباطاتهما غير القابلة للعزل من الناحية العملية ـ وبخاصة أثناء اليقظة ـ وآثارهما المتبادلة السلبية والايجابية وتبادلهما المواقع بصورة عديمة الانقطاع وبالسرعة المطلوبة والسهولة اللازمة وحسب مستلزمات الظروف ،كل ذلك هو الاساس الفسلجي المتين والوحيد للمحافظة على الحياة وضمان دوام تطورها . كما برهن بافلوف أيضاً مختبرياً ومن الناحية النظرية على ان عمليتي الاثارة والكف المخيتين يخضع نشاطهما (الذي أشرنا الى خصائصه العامة) لقانونين فسلجيين

هما : قانون الانتشار والتركيز :
the law of radiation and concentration

وفحواه ان احـدى العمليتين المخيتين المشار اليهمـا (الاثارة والكف) عندما تبدأ بالظهور في منطقة مخية معينة فانها تنتشر الى المناطق المخية المجاورة ثم تعود فتتركز في نقطة معينة • أما القانون الثاني فهو قانون الاستثارة المتبادلة : Mutual (reciprocal) Inductive وفحواه : انه عندما تحدث احدى العمليتين المخيتـين في منطقة مخية معينة فان الاخرى تحدث حتماً بالمقابل في مناطق المخ الأخر •

كما برهن بافلوف أيضا أن عمليتي الاثارة والكف تتصفان بالقوة أو الضعف وبالتوازن أو الديناميكية، وان هذه الخصائص تختلف باختلاف الافراد • فقد يكون عند بعضهم عمليتا الاثارة والكف قويتان • وقد تكونان ضعيفتين عند بعض آخر • او تكون احداهمـا أقوى من الاخرى عند بعض ثالث • وقد يتبـادلان

المواقع بسهولة ويسر وحسب مستلزمات الظروف البيئية المحيطة عند بعض • وقد لا يحصل ذلك إلا بصعوبة عند بعض آخر • ومن هذه الزاوية اختلف الناس في انماط أجهزتهم العصبية المركزية • كما اختلف الناس أيضا في أنماط اجهزتهم العصبيةالمركزية من ناحية العلاقة بين المنظومتين الاشاريتين الاولى والثانية •

— ٣ —

لقد ألقت نظرية بافلوف في تفسير طبيعة النوم الضوء العلمي لاول مرة في التاريخ على كثير من الظواهر « الغامضة » « الخارقة » التي استعصى حلها على الباحثين ردحاً طويلا من الزمن وبخاصة ما يسمى « التنويم المغناطيسي » وظاهرة « التخشب » أو « التماوت » الذي يبدو على كثير من الحيوانات

(لا سيما الثعالب) عندما يداهمها خطر محدق لا يمكن الهروب منه ولا التغلب عليه •

فالتنويم « المغناطيسي » بنظر بافلوف عملية كف (نـوم موحى به) Suggested sleeps تصاحبها حالة اثارة (يقظة) جزئية في بعض مناطق المخ يسميها بافلوف « نقطة الاتصال » rapport بين المنوِّم (بكسر الواو المشددة) والمنوَّم (بفتح الواو المشددة) : على نسق « نقطة الحراسة » التي ذكرناها في الفصل الاول : مع هذا الفرق بينهما : « نقطة الحراسة » بامكانها أن تستجيب للمنبهات الحسية والكلامية أيضا • في حين ان منطقة الاتصال لا تستجيب إلاّ للكلمات الصادرة عن المنوِّم (بكسر الواو المشددة) وحده • وبما ان منطقة الاتصال هي المنطقة الوحيدة الموجودة في حالة اثارة (يقظة) فان المنوِّم (بتشديد الواو المكسورة) يستطيع أن يوحي للمنوَّم (بتشديد الوار المفتوحة) التصديق بكثير من

الاوهام والسخافات التي لا يقبلها أثناء اليقظة وذلك بفعل تغير فسلجة المخ في هذه الحالة • كما يجعله أيضا يرى الاشياء على غير حقيقتها وفي مجال السمع والتذوق والشم(٥)

أما حالة « التماوت » فتحصل عند الحيوان عندما يداهمه خطر محدق مفاجيء لا قبل له بصده أو التخلص منه بالهروب فيبقى في حالة استلقاء (عملية كف) لا تغري الخصم بالهجوم عليه • والاساس الفسلجي في هذه الحالة هو ان عملية الكف التيبدأت في أول الامر بالمناطق المخية الحركية قد انتشرت الى جميع أرجاء الجسم واستمرت كذلك حتى زوال الخطر بعد ساعات عديدة •

— ٤ —

وخلاصة ما ذكرناه بصدد تفسير طبيعة النوم والاحلام وخصائص الدماغ التي وضع أسسها بافلوف

وتطورت بعد وفاته في ضوء منجزات علوم الاعصاب الحديثة هي :

ان النوم (الذي هو في الاصل الفسلجي عملية كف) لم يعد ينظر اليه ــ كما كانت الحال في السابق ــ على انه عملية فسلجية واحدة متواصلة تسبقها (وتعقبها) حالة اليقظة بل هو ــ بخلاف ذلك ــ عملية فسلجية دورية : متقطعة ، ذات مراحل متعاقبة مختلفة الطول تحصل بصورة دورية أربع أو خمس مرات في الليلة الواحدة أثناء النوم الطبيعي المعتاد . وأولى تلك المراحل هي مرحلة النوم الخفيف : الحالة الانتقالية (الوسطى) التي تفصل بين اليقظة التامة والنوم العميق . وفي هذه المرحلة تبقى خصائص الجسم العامة وخصائص الدماغ بصورة خاصة كما كانت أثناء اليقظة من حيث الاساس سوى أن المؤثرات البيئية المحيطة تصبح باهتة ضعيفة الاثر . وهذه المرحلة خلو

من الاحلام : لا كما ظن بافلوف في زمانه • ومن هذه الزاوية فان ما يحصل في الدماغ أثناءها من أفكـار وذكريات أو انطباعات تشبه الاحلام ـ انما هو بعد التحليل الدقيق ـ استمرار لما كان يجري في الدمـاغ أثناء اليقظة • وبما ان الدماغ يصبح ـ أثناء مرحلة النوم الخفيف هذه ـ وكذلك أعضاء الحس لا سيما البصر في حالة استراحة نسبية بفعل الاسـتلقاء على الفراش وبفعل الابتعاد عن المنبهات البيئية وعن مشاكل الحياة المعتادة وصخبها فانه يكون في وضع يمكنه من التوصل الى حـل بعض المشاكل التي واجهته أثنـاء اليقظة وفي مجال تخصصه مثلا •

أما المرحلة الثانية من النوم فهي التي يطلق علماء الاعصاب المعاصرون على النوم أثناءها اسم « نـوم حركة العين غير السريعة » (N-R E M)

Non-Rapid Eye Movement

ـ ولم تكن معروفة في زمن بافلوف ـ • وفي هـذه

المرحلة تحصل تبدلات كبيرة وكثيرة في جسم النائم بصورة عامة وفي دماغه وأعضاء الحس بصورة خاصة، ذكرنا أبرزها في الفصل الاول ، ونوم هذه المرحلة يكون خلواً من الاحلام إلاّ في حالات نادرة أشرنا اليها • وقد أثبتت ذلك تجريبياً مختبرات النوم والاحلام المنتشرة في الدول المتقدمة وبخاصة في الولايات المتحدة •

وأما المرحلة الثالثة ، مرحلة نوم « حركة العين السريعة » Rapir Eye Movement R E M ـ مرحلة الاحلام ـ فهي التي يتصف الجسم أثناءها على وجه العموم ويتصف الدماغ وأعضاء الحس لا سيما البصر بمزايا خاصة ـ ذكرناها في الفصل الاول ـ تدل على اتصاف الدماغ بالذات بالنشاط والحيوية باستثناء المراكز المخية المسؤولة عن الجهاز الحركي والعضلات • وبالنسبة لنشاط الدماغ في هذه المرحلة المرتبطة بحدوث الاحلام فقد ثبت لعلماء

الاعصاب المعاصرين ـ بعد وفاة بافلوف بفترة ليست بالقصيرة ـ في ضوء دراساتهم النظرية والميدانية في مختبرات النوم ذات الاجهزة التكنولوجية المتقدمة ان الدماغ ينشط نشاطاً ملحوظاً ـ غير مألوف ولا متوقع ـ كما لو كان صاحبه في حالة يقظة تامة أثناء البحث عن حل ملائم لمسألة علمية أعياه حلها أثناء اليقظة أو غير علمية أعرض عن مواصلة حلها كأنه « أجل » ـ عن غير قصد ـ استئناف البحث عن الحل الى هذه المرحلة ، لكي يستيقظ بعدها ويدون الحل مع تعديلات بسيطة كما لاحظنا في حالة مندلييف وككولي وبدنكاريه وكوس .

والدماغ في هذه الحالة يبحث ويستقصي ويمحص ويوازن بين حلول كثيرة محتملة ترد الى ذهنه ويتلاشى بعضها ويعود بعض آخر ويعاد النظر فيه من جديد ، وقد وصف بو نكاريه هذه الحالة وصفاً دقيقاً[٦] . وهذا كله يوفر للدماغ فرصة نادرة للتركيز في موضوع

معين لفترة طويلة نسبيا دون مزعجات أو انحراف عنه لانتفاء ذلك كله أثناء النـــوم • كما ان ذلك البحث يستثير مشاعر ايجابية تعبّر عن الرغبة في مواصلـــة العمل وعن العزم والمثابرة للتوصل الى الحل الصحيح• وهذا أيضا يطلق العنان للخيال •

يجنح بعض المعنيين بدراسة عملية النوم والاحلام من الناحية التطورية الى أن هذه المرحلة بالذات، التي يطلقـــون عليها اسم « مرحـــلة النـــوم المتناقض » Paradoxical يجنحون الى افتراض انها نشأت تأريخيا في مجرى عملية النشوء والارتقاء أثناء الصراع من أجل البقاء وبقاء الاصلح وذلك لجعل الانســـان بالذات يواصل العمل الذهني أثناءها ـــ عند الضرورة القصوى ـــ ولا يستسلم للخذلان امام الصعوبات أو ينبذ مواصلة الجهد الذهني عندما يعييه التوصل الى الحل أثناء اليقظة • ولهذا (التناقضي) من أوجه النوم فوائد بايولوجيـــة أخَر كثيرة تتعلق بالمحافظـــة على

الصحة الجسمية والعقلية وذلك بتنشيط الدماغ في عمل ايجابي مثمر •

وفي اختتام هذا الجانب من جوانب الموضوع لا بد من الاشارة هنا الى اكتشاف علماء الاعصاب ـ بعد وفاة بافلوف ـ مناطق مخية ينفرد بها الانسان أطلقوا عليها اسم « المناطق المخية الثلاثية » :
Teritiary Cortical Zones
مسؤولة عن نمط العمل الذهني الذي يمارسه الدماغ أثناء اليقظة وفي النوم المصحوب بالاحلام • هذه المناطق المخية الثلاثية هي التي تميز مخ الانسان تمييزاً نوعياً جذرياً وحاسماً عن مخ سائر الحيوانات الراقية القريبة منه في سلم التطور البايولوجي وهي التي تجهز مخ الانسان بخصائصه « الانسانية » « الاجتماعية » المتميزة • وتسمى أيضا مناطق « مفترق الطرق » "Cross roads" بمعنى انها تقع في الحدود الفاصلة بين الفصين المخيين الجبهيين

Fronta Lobes والفصين المخيين الصدغيين

Parietal Lobes والفصين المخيين الجداريين

Temporal Lobes والفصين المخيين القذاليين

Occipilal Lobes وهي حدود ذات أهمية كبيرة في حياة الانسان العقلية •

وتنقسم المناطق المخية الثلاثية قسمين من حيث موقعها في المخ ومن ناحية وظائفها السايكولوجية • هذان القسمان هما : المناطق المخية الثلاثية الجبهية Frontal Cortical Zones التي تقع في القسم الامامي الاعلى من المخ ووظيفتها التعامل مع الامور المجردة وتكوين انطباعات ذهنية مجردة والتعبير عنها تعبيراً مجرداً بالرموز والكلمات والمعادلات الرياضية، ولا علاقة لها بالاحلام ، أما القسم الآخر من المناطق المخية الثلاثية فهو : المناطق المخية الثلاثية الحسية Sensory Cortical Зones التي تقع في القسم الخلفي الاعلى من المخ وعلى جانبيه الايمن والايسر •

ووظيفتها التعامل مع الاشـــياء المحسوسة وتكـــوين انطباعات حسية عنها والتعبير عن هذه الانطباعـات تعبيراً حسياً بالرســم أو النحت أو الموسيقى ، وهي المسؤولة عن الاحلام : المناطق الحسية الثلاثية البصرية التي تقع في القسم الخلفي الاعلى من المخ هي المسؤولة عن الاحلام عند ذوي البصر الســليم ٠ في حين أن المناطق المخية الحسية الثلاثية التي تقع على جانبي المخ ـ المسؤولة عن السمع والشم واللمس ـ هي المسؤولة عن الاحلام لدى فاقدي البصر ٠

أهم المراجع

باللغة العربية

١ : الدكتور نوري جعفر : طبيعة الانسان في ضوء فسلجة بافلوف/جزءان/١٩٧٠/١٩٧٤

٢ : الدكتور نوري جعفر : الفكر : طبيعته وتطوره/ ١٩٧٠

٣ : الدكتور نوري جعفر : الجهاز العصبي المركزي/ ١٩٧٣

٤ : الدكتور نوري جعفر : الاصالة في العلم والفن/ ١٩٧٩

٥ : ابن سيرين : منتخب الكلام في تفسير الأحلام بولاق/١٢٨٤

٦ : ابن النابلسي : تعطير الانام في تعبير المنام مطبعة الاستقامة/١٣٨٤

باللغة الإنكليزية

1: Corisini, R. J., editor, Encyclopedia of Encyclopedia of Psychology, New York, John Wiley, 1984.

2: Freud: S. **Collected Papers**, London, Harper, 1950.

3: Freud, S. **The Interpretation of Dreams**, New York Modern Library, 1935.

4: Freud S. **The Standard** Edition of the Complete Psychological Works, 1948.

5: Freud, S. **On Creativity and the Unconscious**, New York, Harper, 1958.

6: Jaffar, N. **Creativity and Brain Mechanisms**, Baghdad, 1975.

7: Pavlov, I.P. **Lectures on Conditional Reflexes**, New York, International Publishers, 1928.

8: Pavlov, I.P. **Selected Works**, Moscow, Foreign Languages Publishing House, 1955.

9: Zusne ,L., editor, **Biographical Dictionary of Psychology**, London, Aldvych, 1984.

الهوامش :

(1) Schmit, B.E. The Coming of the War, New York, Scribner, 1430, Vol. I, p. 77.

علما بأن حادثة الاغتيال كانت المناسبة occasion (العامل المباشر) لحدوث الحرب لان عواملها الاساسية كانت تكمن في صراع المصالح الامبريالية بين المانيــة وحلفائها من جهة وبين انكلتره وفرنسة وحلفائهما من جهة ثانية لاعادة تقسيم العالم الى مناطق نفوذ حسب مواقع تلك الدول الامبريالية الناجمة عن تطورها غير المتكافىء السياسي والاقتصادي والعسكري بالشكل المعروف ٠

٢ ـ الاشارة هنا الى قضية « الامزجة » الشائعة آنذاك والمستمدة في الاصل التاريخي من نظرية بقراط (٤٦٠ـ٣٧٧ ق٠م) الطبيب اليوناني المعروف: الذي اعتبر أمزجة الناس (أنماط سلوكهم) والامراض التي تعتريهم بأنها راجعة في الاصل الى اختلاف المقادير التي تمتزج فيها أخلاط الجسم فيتغلب بعضها على بعض ٠ فاذا تغلب الدم (الذي يفرزه القلب بنظر بقراط) على الاخلاط الثلاثة الأخر نشأ المزاج الدموي : Sanguine ٠ واذا تغلبت كمية البلغم (الذي يفرزه الدماغ بنظر بقراط)

تكون المزاج اللمفاوي أو البلغمي : Phlegmalic

وإذا تغلبت الصفراء التي يفرزها الكبد كما يقول بقراط نشأ المزاج الصفراوي choleric

وعندما يتغلب السائل الاسود الذي يفرزه الطحال كما يقول بقراط نشأ المزاج السوداوي : melancholic ولكل خصائصه ، فصاحب المزاج الدموي نشط ومتوازن السلوك . وذو المزاج البلغمي : هادىء ومتوازن السلوك . وذو النمط السوداوي ضعيف متخاذل . والصفراوي طائش : مندفع .

٣ ـ كل ذلك أشار اليه فرويد في كتابه الموسوم :
An Autobioyruphical Study, London Hogarth, 1948.

الذي نشر بعد وفاته .

٤ ـ لقد بحثنا ذلك كله بحثا مستفيضا في كتابنا : طبيعة الانسان في ضوء فسلجة بافلوف/١٩٧٠

٥ ـ ذكرنا أمثلة كثيرة من هذا القبيل في كتابنا : اللغة والفكر/١٩٧٠

٦ ـ راجع كتابنا : الفكر : طبيعته وتطوره/١٩٧٠

Freud, S. **An Autobioyruphical Study,** London, Hooarth, 1948.

محتويات الكتــاب

الموضوع	الصفحة
كلمة تمهيدية	٥
الفصل الاول	٩
النوم : طبيعته وعوامل حدوثه	
الفصل الثاني	٥٧
الاحلام : طبيعتها وعوامل حدوثها	
أولا : ملاحظات تمهيدية عامة	
ثانيا : الاحلام في التراث	٩٧
أ : نظرية ابن سيرين	
ب : رأي ابن النابلسي	
ثالثا : نظرية فرويد	١٣٣
رابعا : نظرية بافلوف	
ما بعد بافلوف	
أهم المراجع	

طبع في مطابع دار الشؤون الثقافية العامة

السعر ٣٠٠ فلس

الموسوعة الصغيرة

سلسلة ثقافية
تتناول مختلف العلوم
والفنون والآداب

رئيس التحرير:
موسى كريدي
سكرتير التحرير:
ماجد اسد

دار الشؤون الثقافية العامة

وزارة الثقافة والاعلام